امتحان میں کامیابی حاصل کریں

مطالعہ کرنے اور
امتحان میں شاندار
کامیابی کے
آسان طریقوں کے
بارے میں
بے حد مفید کتاب



ارشاد سعید ایم اے بی ایڈ

ایشیا بکس راولپنڈی

مطالعہ کرنے اور امتحان میں نمایاں کامیابی حاصل کرنے کے
آسان طریقوں پر مشتمل ایک بے حد مفید کتاب

امتحان میں کامیابی حاصل کریں

ارشاد سعید

ایم۔ اے، بی ایڈ

ایشیا بکس

پوسٹ بکس نمبر 554

راولپنڈی۔ پوسٹ کوڈ 46000

Price: 30.00

ترتیب

پہلا باب

کیا پڑھائی یا مطالعہ مشکل کام ہے

بہت سے طالب علموں کے لئے مطالعہ کرنا ایک مشکل کام ہے اور وہ سمجھتے ہیں کہ ہم مناسب راہنمائی کے بغیر اس مشکل پر قابو نہیں پا سکتے۔ مطالعہ کرنا ایک فن ہے جس کے لئے ضروری ہے کہ سمجھ بوجھ سے کام لیا جائے اور مطالعے کے صحیح طریقے استعمال کئے جائیں۔

بہتر طریقے سے مطالعہ کرنے کی صلاحیت کوئی پر اسرار خوبی نہیں۔ جو کچھ لوگوں کو حاصل ہوتی ہے اور باقی کو نہیں۔ اس کے برعکس حقیقت یہ

ہے کہ ہم اپنی صلاحیتوں سے پوری طرح کام لے کر کسی بھی علم یا فن پر عبور حاصل کر سکتے ہیں۔ چنانچہ ہم اپنی سمجھ بوجھ سے کام لے کر مطالعے کا صحیح طریقہ سیکھ سکتے ہیں۔

اگر آپ ذرا سا غور کریں تو یہ بات بالکل واضح ہو جائے گی۔ یقیناً آپ کا کوئی مشغلہ یا فرصت کا کھیل ہو گا جس کے لئے آپ زیادہ سے زیادہ وقت صرف کرنا چاہتے ہوں گے۔ ان مشغلوں میں فوٹو گرافی، ٹکٹ جمع کرنا، موسیقی، سلائی کڑھائی، پالتو جانور اور پرندے پالنا وغیرہ شامل ہیں۔

ان مشغلوں کے بارے میں آپ زیادہ سے زیادہ جاننے کے خواہش مند ہوتے ہیں۔ ان میں اپنی مہارت کو بہتر بنانا چاہتے ہیں، نئے طریقے دریافت کرنا چاہتے ہیں اور اپنی معلومات میں اضافہ کرنا چاہتے ہیں۔ اس مقصد کے لئے آپ زیادہ سے زیادہ معلومات حاصل کرتے ہیں، مختلف تجربات کرتے ہیں، کتابیں پڑھتے ہیں اور ان کتابوں میں جو کچھ پڑھتے ہیں اسے یاد بھی رکھتے ہیں۔ اس سارے کام میں آپ کو سخت محنت یا تھکن کا احساس تک نہیں ہوتا اور یہ کام آپ کو مشکل بھی محسوس نہیں ہوتا۔



پڑھائی کا انحصار دلچسپی پر ہے

اگر آپ غور کریں تو آپ کو یہ حقیقت معلوم ہو جائے گی کہ آپ نے جو مشغلہ اختیار کر رکھا ہے اُس میں مہارت حاصل ہونے کی وجہ یہ ہے کہ آپ نے اس مشغلے میں گہری دلچسپی لی۔ بالکل اسی طرح بہتر اور مؤثر مطالعے کا راز یہی ہے کہ آپ اپنے مضمون میں گہری دلچسپی لیں۔ اگر دلچسپی لی جائے تو پڑھائی کے لئے مناسب طریقوں کا استعمال آسان ہو جاتا ہے۔

اس کتاب میں آپ کو بتایا جائے گا کہ جن مضامین کے بارے میں آپ پڑھنا چاہتے ہیں اُن میں دلچسپی کیسے پیدا کی جاسکتی ہے۔ اس کے ساتھ ہی مطالعے کے خاص خاص طریقوں کے بارے میں بھی مختصر طور پر بتایا جائے گا۔ جوں جوں آپ کی دلچسپی بڑھے گی ان طریقوں کا استعمال آسان ہوتا جائے گا۔ اس کے ساتھ ہی مطالعے کے اچھے طریقوں کو سوچ سمجھ کر استعمال کرنے سے زیر مطالعہ موضوع میں دلچسپی بڑھنے لگے گی۔

اس طرح ہر معاملے پر توجہ دینا ضروری ہے کیونکہ اگر ایک معاملے میں کچھ کامیابی حاصل ہو تو اس سے دوسرے معاملے میں کامیابی حاصل کرنے میں مدد ملتی ہے۔

پڑھائی عموماً امتحان پاس کرنے کے مقصد کے لئے کی جاتی ہے۔ کئی مہینوں کی پڑھائی کو باقاعدہ شکل دینے کے لئے امتحان دینے کے اچھے طریقوں کا جاننا بہت ضروری ہے۔ کیونکہ اگر آپ ممتحن کو مطمئن کرنے کی صلاحیت نہیں رکھتے تو علم حاصل کرنے کا کوئی فائدہ نہیں۔ ہم امتحان دینے کے طریقوں کے بارے میں آگے چل کر بتائیں گے۔ اس وقت اتنا کہنا کافی ہے کہ امتحان میں کامیابی کے لئے سب سے زیادہ ضروری چیز مناسب تیاری ہے۔ کیونکہ بہتر طریقے سے پڑھائی کے ذریعے موضوع پر عبور حاصل کرنا سب سے زیادہ اہم ہے۔

پڑھائی کے طریقوں میں یادداشت' پوری توجہ دینا' بہتر طریقے سے مطالعہ' نوٹس (Notes) تیار کرنا' سبق دہرانا اور پڑھے ہوئے مضمون کو اچھے انداز میں پیش کرنا شامل ہیں۔ ان پر آگے چل کر بحث ہو گی۔

آپ کا عِلم کِس کام آئے گا؟

بہتر طریقے سے پڑھائی کے لئے ضروری ہے کہ آپ کو اپنے مضمون سے دلچسپی ہو اور دلچسپی اُسی صورت میں پیدا ہو سکتی ہے جب آپ کو یہ معلوم ہو کہ جو چیز آپ پڑھنا چاہتے ہیں اُس کا آپ کی زندگی سے کیا تعلق ہے۔ اکثر طالب علم کسی موضوع میں اس لئے دلچسپی نہیں لے سکتے کیون کہ انہیں یہ معلوم نہیں ہوتا کہ جو معلومات وہ حاصل کر رہے ہیں اُن کا امتحان پاس کرنے کے بعد کیا فائدہ ہو گا۔

بعض اوقات ایک اچھا استاد یہ واضح کر سکتا ہے کہ یہ مضمون کیوں ضروری ہے۔ تاہم کبھی کبھی ایسا کرنا ممکن نہیں ہوتا کیونکہ اس علم کا آئندہ زندگی سے جو تعلق ہوتا ہے ایک طالب علم اسے سمجھنے سے قاصر ہوتا ہے۔ اور اس کا احساس صرف زندگی کے تجربے اور پیشہ اختیار کرنے کے بعد ہوتا ہے۔

پڑھائی کے لئے ٹائم ٹیبل بنائیں

بہتر طریقے سے پڑھائی کے لئے باقاعدہ پروگرام ضروری ہے۔ آپ پوری توجہ سے اور سوچ سمجھ کر جو پروگرام بناتے ہیں اُس سے پڑھائی میں بڑی مدد ملتی ہے۔ پڑھائی کے لئے منصوبہ بندی، پروگرام اور ٹائم ٹیبل بنانے پر صَرف کیا ہوا وقت کبھی ضائع نہیں ہوتا۔ سب سے پہلے یہ دیکھیں کہ امتحان میں ابھی کتنا عرصہ باقی ہے۔ پھر یہ حساب لگائیں کہ آپ کو اس عرصے میں کتنا کام کرنا ہے۔ اس کے بعد کام کو وقت کے حساب سے تقسیم کر لیں۔

اپنے پروگرام کے آخر میں کچھ ہفتے سبق دہرانے کے لئے چھوڑ دیں۔ آپ نے ہر مہینے اور ہر ہفتے کے لئے کام کی جو حد مقرر کی ہے اُس میں ہونے والے کام کا جائزہ لیں۔ اس مقصد کے لئے ایک نوٹ بک بنا لیں جس میں یہ درج ہو کہ آپ نے ایک ہفتے کے لئے کیا حد مقرر کی تھی اور اصل میں آپ نے کتنا کام کیا ہے۔ اگر آپ یہ دیکھیں کہ مقررہ حد

پوری نہیں ہو رہی تو اس کے لئے مناسب کارروائی کریں۔ اگر آپ مقررہ حد کے مطابق پڑھائی نہ کر سکے تو اس سے آپ ذہنی کھچاؤ' پریشانی اور مایوسی کا شکار ہو جائیں گے اور پڑھائی پر پوری توجہ نہیں دے سکیں گے۔

اگر ضروری سمجھیں تو اپنے پورے پروگرام پر نظر ثانی کریں تا کہ پڑھائی کے لئے اور زیادہ وقت نکالا جا سکے اور اگر ایسا ممکن نہ ہو تو امتحان میں شریک نہ ہونے کے بارے میں سوچیں کیونکہ ناکام ہونے کی بجائے ذرا تاخیر سے پاس ہونا بہتر ہے۔

اگر آپ پڑھائی میں واقعی پیچھے رہ گئے ہیں اور امتحان سر پر آ گیا ہے تو آپ ہر چیز کو چھوڑ دیں اور اپنا ایک ایک منٹ پڑھائی میں صرف کریں۔ اگر آپ میں اپنا تمام وقت اور توجہ کسی ایک کام کے لئے وقف کرنے کی صلاحیت ہے تو آپ زندگی میں بھرپور کامیابی حاصل کر سکتے ہیں۔ چاہے پڑھائی ہو' امتحان پاس کرنا ہو یا کوئی اور معاملہ ہو۔ یہی کامیاب زندگی کا راز ہے۔



کون سی کتابیں پڑھی جائیں

آپ پڑھائی کے لئے جو کتابیں استعمال کریں اُن کے انتخاب میں انتہائی احتیاط سے کام لینا ضروری ہے۔ درسی کتابیں عام طور پر پہلے ہی سے مقرر ہوتی ہیں تاہم اپنی معلومات میں اضافے کے لئے آپ اپنے مضامین سے متعلق دوسری کتابیں بھی پڑھ سکتے ہیں۔

پڑھائی کے سلسلے میں طالب علم عموماً دو طرح کی غلطیاں کرتے ہیں۔ بعض طالب علم بہت زیادہ اور بعض بہت ہی کم پڑھتے ہیں۔ زیادہ پڑھنے والے طالب علم عام طور پر زیادہ حساس ہوتے ہیں۔ انہیں یہ خدشہ لگا رہتا ہے کہ کوئی اہم چیز رہ نہ جائے۔ اُن کی یہ خواہش ہوتی ہے کہ متعلقہ موضوع کے بارے میں پوری پوری معلومات حاصل ہوں۔ یہ جذبہ یقیناً قابلِ تعریف ہے۔ وہی طالب علم امتحان میں اعزاز حاصل کرتے ہیں جو اپنے مضمون کے بارے میں مقررہ شدہ کتابوں کے علاوہ دوسری کتابیں بھی پڑھتے ہیں۔ تاہم ہر چیز پڑھنے کی کوشش کرنا ناکامی کا سبب بھی بن سکتا ہے۔ کیونکہ اس طرح ایک طالب علم بہت کچھ پڑھ تو لیتا ہے لیکن یہ سب کچھ یاد نہیں رکھ سکتا اور نہ ہی اچھی طرح سمجھ سکتا ہے۔

جو طالب علم بہت کم پڑھتے ہیں اُن کی کوشش یہ ہوتی ہے کہ وہ اتنا ہی پڑھیں جس سے کام چل سکتا ہو۔ اُن کا مقصد صرف اتنا ہی علم حاصل کرنا ہوتا ہے جو امتحان میں کامیابی کے لئے کافی ہو۔ اس طرح وہ خاص خاص مشقیں حل کرتے ہیں اور مخصوص کتابیں پڑھتے ہیں۔ ایسے طالب علم امتحان تو پاس کر لیتے ہیں تاہم وہ بہت ہی کم نمبروں سے کامیاب ہوتے ہیں۔ ممتحن اُن کے جوابات سے سمجھ جاتا ہے کہ اُن کا مقصد محض امتحان پاس کرنا تھا اور انہیں اپنے مضمون سے کوئی خاص دلچسپی نہیں۔ چنانچہ ہمارا مشورہ یہ ہے کہ آپ درمیانی راہ اختیار کریں اور نصاب کی کتابوں کی فہرست میں سے چند ایسی کتابوں کا انتخاب کریں جو مواد کے اعتبار سے ایک جیسی نہ ہوں۔ ان کتابوں کو کئی بار پڑھیں۔ بہت سی کتابوں کو صرف ایک بار سرسری طور پر پڑھ کر عام سی معلومات حاصل کرنے سے یہ بہتر ہے کہ صرف چند کتابوں کا مطالعہ کیا جائے اور اُن پر عبور حاصل کیا جائے۔



آپ کو کتنا پڑھنا چاہیئے

ہر روز جب آپ پڑھنے بیٹھیں تو یہ طے کر لیں کہ آپ کو کتنا کام کرنا ہے۔ اگر آپ اس مقصد سے پڑھنا شروع کریں کہ زیادہ سے زیادہ پڑھیں گے یا اُس وقت تک پڑھتے رہیں گے جب تک کہ تھکن آپ پر غالب نہ آ جائے تو یہ بالکل نامناسب بات ہے اور اس سے آپ مقررہ وقت میں کام مکمل نہیں کر سکیں گے۔

آپ کو چاہئے کہ ایک دن کے لئے کام کی خاص مقدار مقرر کریں۔ مثلاً یہ کہ ایک باب پڑھنا ہے یا ایک مضمون لکھنا ہے یا ایک مشق حل کرنی ہے اور اس بات کا پکا ارادہ کر لیں کہ جب تک کام مکمل نہیں ہوتا پڑھائی جاری رکھیں گے۔

اس طرح آپ کو ہر دن کے اختتام پر محسوس ہو گا کہ پڑھائی تسلی بخش طور پر ہو رہی ہے۔ جب آپ پڑھائی کے بعد محسوس کریں کہ آپ کا ذہن مطمئن ہے اور آپ تر و تازہ ہیں تو اس کا مطلب ہے کہ آپ کی پڑھائی ٹھیک طریقے سے ہو رہی ہے۔ پڑھائی کے لئے وقت کی تقسیم اس

طرح کریں کہ کچھ وقت مطالعے کے لئے، کچھ لکھنے کے لئے، کچھ سبق دہرانے کے لئے اور کچھ زبانی یاد کرنے کے لئے ہو۔ ٹائم ٹیبل اس طرح بنائیں کہ ایک گھنٹہ ریاضی کے لئے ہو تو دوسرا جغرافیہ یا اسی طرح کے کسی دوسرے مضمون کے لئے ہو۔ آپ کا دماغ مختلف قسم کے کام پسند کرتا ہے۔ مختلف قسم کے کام کرنے سے سستی پیدا نہیں ہوتی اور دماغ ترو تازہ رہتا ہے۔

ضروری کام پہلے کریں

بہترین اصول یہ ہے کہ وہ کام پہلے کریں جو سب سے زیادہ ضروری ہوں۔ جب آپ محسوس کریں کہ پڑھائی کے لئے ٹائم ٹیبل بنانے اور ہر مضمون کے لئے وقت مقرر کرنے کے باوجود اتنا وقت موجود نہیں کہ آپ تمام نصاب مکمل کرسکیں تو ایسی صورت میں آپ کو چاہئے کہ وہ چیزیں منتخب کریں جو سب سے زیادہ ضروری ہیں اور انہیں پہلے پڑھیں۔

پڑھائی کے دوران غیر اہم چیزوں پر زیادہ توجہ نہ دیں۔ اس کے علاوہ ایسی حرکتوں سے گریز کریں جن سے وقت ضائع ہوتا ہو۔ مثلاً کاغذات سنبھالنا، کتابیں ترتیب سے رکھنا، پنسل تراشنا، پین میں سیاہی بھرنا، میز یا کرسی بہتر جگہ پر رکھنا وغیرہ۔ یہ تمام حرکتیں ایسی ہیں جو پڑھائی میں تاخیر کا سبب بنتی ہیں۔

پڑھائی کے لئے پوری طرح تیار ہونا اور تمام چیزوں کو ترتیب سے رکھنا ضروری ہے۔ لیکن یہ کام پڑھائی ختم کرنے کے بعد کریں۔ جب کام ختم ہو جائے تو دوسرے دن کی تیاری اُسی وقت کر لیں تا کہ اگلے دن جب آپ پڑھنے بیٹھیں تو ہر چیز تیار ہو اور پڑھائی فوری طور پر شروع کی جا سکے۔



دوسرا باب

پڑھائی کو مشکل نہ سمجھیں

پڑھائی میں کامیابی کے لئے ضروری ہے کہ آپ چاق و چوبند ہوں' آپ کا دماغ حاضر ہو اور آپ پڑھائی کو مشکل کام نہ سمجھتے ہوں۔ بہت سے لوگوں کے لئے پڑھائی ایک مشکل کام بن جاتی ہے۔ اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ وہ پہلے ہی سے فرض کر لیتے ہیں کہ پڑھائی مشکل ہو گی۔ اس طرح وہ خود اپنے لئے مشکلات پیدا کر لیتے ہیں۔



دماغی ورزش ضروری ہے

روزانہ پڑھائی میں مصروف رہنے سے آپ کا دماغ کام کے لئے آمادہ رہے گا۔ تاہم دماغی صلاحیت بڑھانے کے لئے چند باقاعدہ مشقیں مفید رہیں گی۔ اس معاملے میں پڑھائی کھیل کی طرح ہے جس میں جسمانی ورزشیں جسم کو چست رکھنے میں مدد دیتی ہیں۔ دماغ کو تروتازہ رکھنے کے لئے مختلف قسم کے حسابی اور الفاظ کے معمے اور مشقیں بہت مفید رہتی ہیں۔ بشرطیکہ مشقیں زیادہ لمبی اور وقت طلب نہ ہوں۔

اسی طرح اخبارات اور رسالوں میں شائع ہونے والے حسابی معمے دماغ کی ورزش کے لئے مفید رہتے ہیں۔ نئی نئی مشقیں اور نئے نئے دماغی چیلنج تلاش کر کے اپنے ذہن کو چست اور مستعد رکھیں۔ تاہم اس بات کا خیال رکھیں کہ اِن کی وجہ سے آپ کی روزمرہ پڑھائی پر بُرا اثر نہ پڑے۔ کوشش کریں کہ آپ کی فرصت کے اوقات کی سرگرمیاں ایسی ہوں کہ اِن سے آپ کا دماغ کام کرنے پر آمادہ رہے۔ دماغ کو تروتازہ اور کام کے لئے آمادہ رکھنے کے لئے آرام سے زیادہ مختلف کاموں میں تنوع اور

تبدیلیوں کی ضرورت ہے۔ ٹیلی ویژن پر معلوماتِ عامہ کے پروگرام دیکھنا' بے کار پڑے رہنے کی نسبت دماغ کے لئے زیادہ مفید ہوتا ہے۔

زبان پر عبور حاصل کریں

آپ کو پڑھائی میں خود اعتمادی حاصل کرنے میں سب سے زیادہ مدد اس احساس سے ملتی ہے کہ آپ جو کچھ پڑھ رہے ہیں وہ اچھی طرح آپ کی سمجھ میں آ رہا ہے۔ اس لئے ضروری ہے کہ آپ کے ذہن میں الفاظ کا وسیع ذخیرہ ہو اور آپ کو زبان پر پورا عبور حاصل ہو۔ اپنے ذخیرہٗ الفاظ میں اضافہ کرنا بہت ضروری ہے۔ اس مقصد کے لئے ایک اچھی اور جدید ڈکشنری لازمی ہے۔ آپ اس بات کا خیال رکھیں کہ جس لفظ کے معنی نہ آتے ہوں یا جس کے معنی کے بارے میں کوئی شبہ ہو اُسے ڈکشنری سے ضرور دیکھ لیں۔ ذخیرہٗ الفاظ بڑھانے کے لئے ضروری ہے کہ آپ وسیع مطالعہ کریں اور اپنے دوستوں سے مختلف موضوعات پر گفتگو کریں۔

نئی چیزیں سیکھنے میں سب سے زیادہ مدد وسیع ذخیرہٗ الفاظ سے ملتی ہے۔ کیونکہ نئی چیز سیکھنے کا انحصار سمجھنے پر ہے اور آپ کوئی چیز اُس وقت تک

نہیں سمجھ سکتے جب تک کہ آپ کو زبان پر عبور حاصل نہ ہو اور مشکل الفاظ کے معنی معلوم نہ ہوں۔

اپنی معلومات سے دوسروں کو آگاہ کریں

یہ رجحان اپنایئے کہ پڑھنا اور سیکھنا سرگرم اور پرلطف کام ہے۔ علم حاصل کرنا یقیناً ضروری ہے لیکن علم کی روشنی پھیلانا بھی ضروری ہے۔ پڑھائی کے دوران آپ کو جو معلومات حاصل ہوئی ہیں اُن کے بارے میں دوسروں سے بات چیت کریں۔ اس طرح آپ کو دو فائدے ہوں گے۔ ایک فائدہ تو یہ ہو گا کہ آپ کی معلومات اور علم کا دائرہ وسیع ہو گا اور دوسرا فائدہ یہ ہو گا کہ جو علم آپ نے حاصل کیا ہے وہ آپ کی روزمرہ زندگی کا حقیقی حصہ بن جائے گا۔ پڑھائی اور آپ کی زندگی دو الگ الگ چیزیں نہیں۔ یہی وجہ ہے کہ پڑھائی کو جماعت کے کمرے یا پڑھنے کے اوقات تک محدود نہیں رکھنا چاہیے۔

جو علم اور معلومات آپ نے حاصل کی ہیں اُن پر ہمیشہ غور و فکر کرتے رہیں۔ پڑھائی کو اپنی زندگی کا اہم حصہ بنالیں۔ ایسے حالات و

واقعات اور ایسی خبروں پر نظر رکھیں جن کا آپ کے علم اور معلومات سے تعلق ہو۔ یہ سوچیں کہ آپ نے جو علم حاصل کیا ہے اُس کا اس دنیا سے کیا تعلق ہے اور اس علم کے ذریعے دنیا میں کیا تبدیلیاں لائی جا سکتی ہیں۔ اور لوگوں کی فلاح و بہبود کے لئے کیا کچھ کیا جا سکتا ہے۔ اس بات پر بھی غور کریں کہ آپ نے جو علم حاصل کیا ہے خود آپ اس سے کیا فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ اس بات کا بھی مشاہدہ کریں کہ جو علم آپ حاصل کر رہے ہیں اُس کا روزمرہ زندگی کی مختلف چیزوں سے کیا تعلق ہے۔ مثال کے طور پر ریاضی پڑھنے والوں کو یہ چاہئے کہ وہ اپنے اردگرد تمام چیزوں کے اُن پہلوؤں پر غور کریں جن کا ریاضی سے تعلق ہو اور یہ دیکھیں کہ مختلف چیزوں کی شکلیں اور اُن کے سائز کیا ہیں اور وہ کتنا دباؤ یا کھچاؤ برداشت کر سکتی ہیں۔ تاریخ کے طالب علم کو اُن جگہوں کے ماضی پر غور کرنا چاہئے جنہیں وہ اچھی طرح جانتے ہوں اور یہ کہ وہاں لوگ کس طرح زندگی بسر کرتے تھے اور یہ جاننے کی کوشش کرنی چاہئے کہ ماضی کا موجودہ ترقی پر کیا اثر پڑا ہے۔

جو کچھ بھی آپ پڑھ رہے ہیں اسے درسی کتابوں اور جماعت کے کمرے تک محدود رکھنے کی بجائے اسے اپنی زندگی کا حصہ بنائیں اور

دوسروں کو بھی اس میں شریک کریں۔ اس طرح آپ کو اپنی پڑھائی اور روزمرہ زندگی کا باہمی تعلق سمجھنے میں مدد ملے گی اور اس سے آپ پر واضح ہو جائے گا کہ مختلف علوم کا آپس میں بہت گہرا تعلق ہے اور مختلف مضامین ایک دوسرے سے الگ الگ نہیں۔ جب آپ یہ دیکھیں گے کہ آپ کوئی چیز کسی مضمون مثلاً ریاضی میں پڑھ رہے ہیں اور اس کا استعمال دوسرے مضامین مثلاً فزکس یا کیمسٹری میں بھی ہوتا ہے تو اس سے آپ کو دونوں مضامین اچھی طرح سمجھ میں آ جائیں گے۔

عِلم حاصل کرنے کا اصل مقصد کیا ہے؟

پڑھتے وقت علم حاصل کرنے کے اعلیٰ مقصد کو ہمیشہ پیش نظر رکھیں۔ یہ بات ہمیشہ ذہن میں رکھیں کہ علم حاصل کرنے کا مقصد صرف امتحان پاس کرنا یا کوئی پیشہ اختیار کرنا نہیں بلکہ علم حاصل کرنے کا اصل مقصد یہ ہے کہ انسانیت کی فلاح و بہبود کے لئے کام کیا جائے۔ اس بات پر بھی غور کریں کہ آپ کے مضمون نے بنی نوع انسان کی فلاح و بہبود اور ترقی

کے لئے کیا خدمات انجام دی ہیں اور آئندہ وہ اس مقصد کے لئے کیا کر سکتا ہے۔ اس بات پر غور کریں کہ علم حاصل کرنے کے بعد آپ بھی بنی نوع انسان کی فلاح و بہبود کے کچھ نہ کچھ خدمات ضرور سرانجام دیں گے' چاہے یہ خدمات معمولی ہی کیوں نہ ہوں۔

بظاہر یہ خیالات بہت مبالغہ آمیز معلوم ہوتے ہیں لیکن حقیقت یہ ہے کہ آپ جو علم حاصل کر رہے ہیں وہ بے کار نہیں۔ آپ یہ علم حاصل کرنے کے بعد معاشرے کے لئے یقیناً بہت مفید ثابت ہو سکتے ہیں۔ آپ معاشرے کی زیادہ خدمت کریں یا کم لیکن ایک بات یقینی ہے اور وہ یہ کہ علم حاصل کرنے کے بعد آپ کو بنی نوع انسان کی فلاح و بہبود کے لئے کام کرنے کا موقع ضرور ملے گا اور جو علم آپ نے حاصل کیا ہے وہ ضرور آپ کے کام آئے گا۔

حقیقت یہ ہے کہ آپ جو مضمون پڑھ رہے ہیں اس نے دنیا کی ترقی میں اور تاریخ کے دھارے کا رخ بدلنے میں بہت ہی اہم کردار ادا کیا ہے۔ اس وقت آپ کو کوئی مضمون کتنا ہی غیر اہم کیوں نہ محسوس ہوتا ہو وہ بے کار ہرگز نہیں۔ کیونکہ دنیا کی تعمیر و ترقی کا دار و مدار کسی نہ کسی صورت میں ہر مضمون پر ہے۔

پورے سال کے کام کو ایک دن کا کام نہ سمجھیں

جب بھی آپ پڑھنے بیٹھیں تو صرف اس کام کے بارے میں سوچیں جو آپ کو آج کے دن کرنا ہے۔ کل کے بارے مین سوچ کر پریشان نہ ہوں اور یہ نہ سوچیں کہ آپ کو کل کتنا پڑھنا ہے۔ اسی طرح آپ نے لکھنے کا جو کام کرنا ہے اُس کے صرف اسی حصے پر توجہ دیں جو آپ نے آج کے دن کے لئے مقرر کر رکھا ہے۔ ہمارے مشورے پر عمل کرنے سے آپ کو دو فائدے ہوں گے۔ پہلا فائدہ تو یہ ہو گا کہ آپ کو اس کام کے بارے میں پریشانی نہیں رہے گی جو آپ نے آئندہ کرنا ہے۔ مثال کے طور پر ایک موٹی اور مشکل درسی کتاب پر عبور حاصل کرنا ناممکن کام محسوس ہوتا ہے۔ لیکن اگر اس کتاب کو وقت کے حساب سے تقسیم کر لیا جائے تو روزانہ صرف چند صفحے پڑھنے پڑتے ہیں۔ ان چند صفحوں کو مکمل توجہ سے پڑھیں اور اُن صفحوں کے بارے میں نہ سوچیں جو آگے آنے والے ہیں۔ دوسرا فائدہ یہ ہو گا کہ جب آپ کتاب کو ہر روز تھوڑا تھوڑا کر

کے اچھی طرح پڑھیں گے تو آگے آنے والی باتوں کو سمجھنا آپ کے لئے آسان ہو جائے گا۔

یہی وجہ ہے کہ ہم آپ کو یہ مشورہ دے رہے ہیں کہ اپنی پڑھائی کو وقت کے حساب سے تقسیم کریں اور ہر دن کے لئے کام کی مقدار مقرر کر لیں۔ اس طریقے پر عمل کرنے سے آپ کو یہ محسوس ہو گا کہ پڑھائی بالکل آسان کام ہے اور آپ میں پڑھنے لکھنے کی بھرپور صلاحیت موجود ہے۔ اس کی وجہ یہ ہو گی کہ جب آپ ایک دن کا کام مکمل کر لیں گے تو آپ کی معلومات میں اتنا اضافہ ہو چکا ہو گا کہ آپ کے لئے کتاب کے اگلے صفحات کو سمجھنا آسان ہو جائے گا۔ اس طرح آپ کی پڑھائی تھوڑی تھوڑی کر کے آگے بڑھتی چلی جائے گی۔

جو طالب علم پوری کتاب یا سارے سال کے کام کو سامنے رکھ کر سوچتے ہیں وہ موٹی موٹی کتابوں سے خوفزدہ ہو جاتے ہیں۔ یہ طالب علم اتنی سی بات نہیں سمجھتے کہ یہ ساری کتابیں پورے سال میں مکمل کرنی ہیں ایک دن میں نہیں۔ اگر آپ کا ذہن پورے سال کے کورس میں الجھا رہے گا تو ظاہر ہے کہ بے شمار موٹی موٹی کتابوں کو دیکھ کر آپ پر خوف طاری ہونے لگے گا۔

آسان باتوں کی طرف بھی پوری توجہ دیں

پڑھائی کے دوران آپ کو اپنی دماغی صلاحیتیں مکمل طور پر استعمال کرنی چاہئیں۔ پڑھتے ہوئے جو چیزیں آسان محسوس ہوں انہیں نظر انداز نہیں کرنا چاہیے بلکہ آسان چیزوں کی طرف بھی پوری توجہ دینی چاہیے۔ یاد رکھیں کہ اگر آپ نے آسان باتوں کو اچھی طرح ذہن نشین نہ کیا تو آگے چل کر آپ کو مشکل باتیں سمجھ میں نہیں آئیں گی۔ پڑھائی کے دوران کوئی چیز آسان ہو یا مشکل آپ کو دونوں پر عبور حاصل کرنا چاہیے۔ بعض اوقات ایسا ہوتا ہے کہ ہم بعض باتوں کو آسان سمجھ کر اُن پر صرف سرسری نگاہ ڈالتے ہیں۔ بعد میں یہ آسان باتیں ہمیں بھول جاتی ہیں۔

پڑھتے وقت یہ بات ذہن میں رکھیں کہ آپ کو ہر مضمون میں پورے پورے نمبر حاصل کرنے ہیں۔ صرف امتحان ہی پاس نہیں کرنا بلکہ کوئی اعزاز حاصل کرنا ہے اور پہلی تین پوزیشنوں میں سے کوئی پوزیشن حاصل کرنی ہے۔



زبانی یاد کرنے کا خاص طریقہ

نئی باتیں سیکھنے اور یاد کرنے کے لئے تصحیح کا طریقہ استعمال ہوتا ہے۔ یہ طریقہ ان چیزوں کے لئے بہترین ہے جو آپ نے زبانی یاد کرنی ہوں۔ اس کی ایک عام مثال کوئی نظم زبانی یاد کرنا ہے۔ آپ اس نظم کو ایک بار پڑھیں' پھر اُسے زبانی کاغذ پر لکھنے کی کوشش کریں۔ آپ دیکھیں گے کہ کچھ حصہ آپ نے صحیح لکھا ہے اور کچھ آپ بالکل ہی بھول گئے ہیں۔ تاہم کہیں کہیں کوئی لفظ یاد رہ گیا ہے۔ عموماً شروع کا حصہ یاد رہ جاتا ہے۔ اب نظم کو دوبارہ پڑھیں خاص طور پر ان حصوں کو جو آپ بالکل بھول گئے تھے۔ دوبارہ نظم زبانی لکھیں۔ آپ دیکھیں گے کہ اب پہلے سے زیادہ حصہ آپ کو یاد ہوگا۔ یہ عمل بار بار دہرائیں یہاں تک کہ آپ پوری نظم بالکل صحیح زبانی لکھ سکیں۔

شروع میں آپ کو یہ طریقہ بہت مشکل محسوس ہوگا اور آپ سوچیں گے کہ اس طرح نظم یاد کرنے میں تو بہت زیادہ وقت لگتا ہے۔ لیکن بالآخر آپ دیکھیں گے کہ آپ نے یہ نظم عام طریقے کے مقابلے میں زیادہ

جلدی یاد کر لی ہے اور یہ اتنی پکی یاد ہو گئی ہے کہ ہمیشہ آپ کے ذہن میں رہے گی۔ ریاضی، فزکس اور کیمسٹری کے فارمولے اور اصول بھی اس طریقے سے بہت اچھی طرح یاد ہو سکتے ہیں۔

یہ طریقہ استعمال کرتے وقت یاد کرنے کا ایک اور اہم اصول پیش نظر رکھیں۔ وہ اصول یہ ہے کہ کسی چیز کو ٹکڑے ٹکڑے کر کے یاد کرنے کی بجائے اسے ایک ہی مرتبہ یاد کرنے کی کوشش کریں۔ مثال کے طور پر نظم پوری کی پوری یاد کرنے کی کوشش کریں نہ کہ ایک ایک شعر۔ اس اصول پر عمل کرتے ہوئے عام طور پر ایسا محسوس ہوتا ہے کہ یہ بہت مشکل اور لمبا کام ہے لیکن جب آپ اس اصول پر عمل کریں گے تو آپ کو محسوس ہو گا کہ یہ بہت مؤثر اور آسان طریقہ ہے۔ اس میں وقت بھی کم لگے گا اور اس طرح یاد کی ہوئی باتیں ہمیشہ ذہن میں محفوظ رہیں گی۔

پڑھائی کے سلسلے میں اکثر سستی کا رویہ اختیار کیا جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے یہ کام بہت زیادہ مشکل محسوس ہونے لگتا ہے۔ تصحیح کا طریقہ ایک صحیح اور مؤثر طریقہ ہے اور پڑھ کر یاد کرنے کے مقابلے میں اس میں کم وقت لگتا ہے۔ کوئی کتاب پڑھ کر اُس میں درج معلومات کو یاد کرنا خاصا مشکل کام ہے۔ چنانچہ صرف پڑھنے کی بجائے آپ تصحیح کا طریقہ استعمال

کریں یعنی پڑھیں پھر لکھیں۔ اور جو چیزیں لکھنے سے رہ جائیں وہ کتاب سے دیکھ کر لکھیں اور یہ عمل دہرائیں۔ اس طرح یاد کرنا بہت آسان ہو جائے گا۔

پڑھائی کا بنیادی اصول

جلد سے جلد اور اچھی طرح یاد کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ پہلے پڑھیں پھر اپنی یادداشت کی مدد سے لکھیں اور یہ دیکھنے کے لئے کہ آپ نے کیا لکھا ہے دوبارہ پڑھیں۔ اس عمل کے شروع میں پڑھائی سست ہوتی ہے لیکن امتحان میں یہ نہیں دیکھا جاتا کہ آپ نے پڑھا کتنا ہے بلکہ یہ دیکھا جاتا ہے کہ آپ نے سمجھا کتنا ہے اور کتنا یاد رکھا ہے؟

تصویر بنانے کا مفید طریقہ

تصویر بنانا اور کاپی کرنا بھی ایسے طریقے ہیں جن سے آپ کو اپنی پڑھائی میں بے حد مدد مل سکتی ہے۔ جب آپ کو کسی چیز کی شکل یاد رکھنی ہو تو کاغذ پر اس کی تصویر بنائیں۔ مثال کے طور پر آپ کو مختلف مشینوں کی شکلیں

یاد رکھنی ہیں۔ چنانچہ ان مشینوں کو گھورنے اور یہ دیکھتے رہنے کی بجائے کہ کون سا پرزہ کہاں لگا ہوا ہے آپ کو چاہئے کہ آپ ایک پنسل لیں اور کاغذ پر ان مشینوں کی تصویر بنائیں۔ ظاہر ہے کہ جب آپ تصویریں بنائیں گے تو آپ کو مشین کی ایک ایک چیز نوٹ کرنے کی ضرورت محسوس ہو گی۔ اس طرح مشین کی شکل وصورت آپ کے ذہن میں محفوظ ہو جائے گی۔

یہ نہ سوچیں کہ آپ کی ڈرائنگ کمزور ہے اور آپ اتنی اچھی شکل نہیں بنا سکتے جتنی کہ ایک آرٹسٹ بنا سکتا ہے۔ مقصد اچھی ڈرائنگ کرنا نہیں بلکہ مشین کی شکل وصورت کو ذہن نشین کرنا ہے۔ اسی طرح کسی کتاب میں دی گئی شکلوں کو کئی گھنٹے دیکھتے رہنے اور ذہن میں نقش کرنے کی کوششوں سے بہتر یہ ہے کہ آپ پنسل لے کر ایک مرتبہ ان شکلوں کو کاغذ پر بنانے کی کوشش کریں۔ کاغذ پر ان شکلوں کو بنانے سے آپ انہیں بہت آسانی سے یاد کر لیں گے۔

ڈرائنگ کا یہ طریقہ مختلف مضامین میں استعمال کیا جا سکتا ہے۔ انجینئرنگ میں یہ بہت مفید رہتا ہے جہاں مشینوں کے ڈیزائنوں کا مطالعہ کیا جاتا ہے۔ مکانوں کے نقشوں اور بجلی کے سرکٹوں کے مطالعے میں بھی اس سے مدد ملتی ہے۔ جو فارمولے' گوشوارے یا اصول آپ کو یاد کرنے

ہوں انہیں کاغذ پر بار بار تحریر کریں اور اگر مختلف شکلیں اور ڈیزائن ذہن نشین کرنے ہوں تو کاغذ پر ان کی تصویر بنائیں۔ اس طریقے سے آپ کی توجہ پوری طرح کام پر مرکوز ہو جائے گی۔

جو کچھ یاد کیا ہے اُسے لکھنے کی کوشش کریں

پڑھنے کے بعد ہمیشہ اس بات کا جائزہ لیں کہ آپ نے جو کچھ پڑھا تھا اُس میں سے آپ کو کیا کچھ یاد ہے۔ جائزہ لئے بغیر آپ کبھی یقین سے نہیں کہہ سکتے کہ آپ نے کیا سیکھا ہے۔ چند باتیں ذہن نشین کرنے کے بعد یہ سمجھ لینا درست نہیں کہ آپ کو سب کچھ یاد ہو گیا ہے۔ کیونکہ آپ جب لکھنے بیٹھیں گے تو آپ کو پتہ چلے گا کہ بہت سی باتیں آپ بھول چکے ہیں۔ یاد کر کے لکھنے کی مشق کرنا سب سے عمدہ طریقہ ہے۔ اس طرح آپ کو ہر چیز تفصیل کے ساتھ یاد رہے گی۔



قوتِ تخیل سے کام لیں

پڑھائی کے دوران اپنی قوتِ تخیل سے بھی کام لیں تاکہ آپ کو اُس چیز کی حقیقت کا احساس ہو سکے جو آپ پڑھ رہے ہیں۔ یہ بھی سوچیں کہ آپ جو کچھ پڑھ رہے ہیں اُس کا آدمی کی زندگی سے کیا تعلق ہے۔ یہ کبھی نہ بھولیں کہ کتابوں میں موجود چیزیں، شکلیں، نقشے یا عمارتوں کے خاکے حقیقی چیزوں کی نمائندگی کرتے ہیں۔ ہم جغرافیہ کی کتابیں پڑھتے ہیں۔ اس کی ایک وجہ یہ ہوتی ہے کہ ہمارے لئے دنیا کے مختلف حصوں میں جانا اور وہاں کی چیزیں دیکھنا ممکن نہیں ہوتا۔ اس لئے آپ یہ سمجھیں کہ کتابیں حقیقی دنیا کی تصویر دکھاتی ہیں۔

آپ کی پڑھائی کا مقصد یہ ہونا چاہئے کہ آپ کو دنیا کے بارے میں معلومات حاصل ہوں۔ اگر آپ کسی کتاب کو زبانی یاد کر لیتے ہیں لیکن اپنی قوتِ تخیل کو استعمال نہیں کرتے تو ایسی پڑھائی سے آپ کو امتحان پاس کرنے کے سوا کوئی خاص فائدہ نہیں پہنچے گا۔ لیکن اگر آپ اپنے مضمون کے بارے میں غور و فکر کریں اور یہ دیکھیں کہ اس علم کے ذریعے آپ

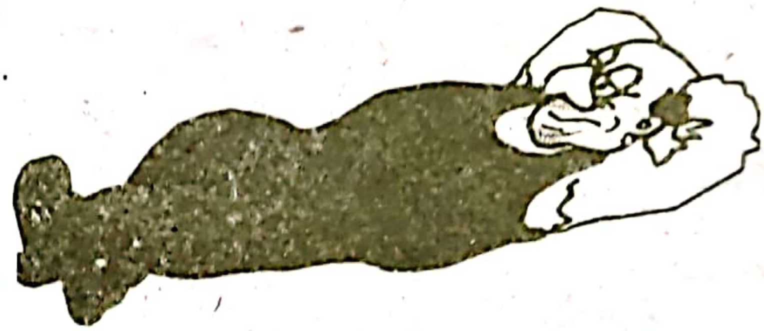
کائنات کی کن حقیقتوں تک پہنچ سکتے ہیں تو اس طرح آپ کا ذہن کشادہ ہوتا جائے گا۔

توجہ اصل مقصد کی طرف ہونی چاہیے

کسی بھی ہنر میں مہارت حاصل کرنے کے لئے ضروری ہے کہ اصل مقصد آپ کے سامنے رہے۔ طریقہ کار میں ہی الجھ کر رہ جانا اور منزل کو بھلا دینا درست نہیں۔ مثال کے طور پر نشانہ بازی کے لئے ضروری ہے کہ آپ کھڑے ہوں۔ بندوق کو ہاتھ میں پکڑیں اور مقررہ چیز پر نشانہ باندھ کر گولی چلا دیں۔ لیکن یہ تمام کام کرنے کے باوجود آپ کو اس کھیل میں مہارت حاصل نہیں ہو سکتی۔ کیونکہ مہارت کے لئے ضروری ہے کہ آپ کے ذہن میں یہ پختہ ارادہ موجود ہو کہ آپ کو مقررہ چیز پر صحیح صحیح نشانہ لگانا ہے۔ یاد رکھیں کہ کسی کام میں مہارت اُسی وقت حاصل ہوتی ہے جب آپ کا ذہن اصل مقصد کے حصول پر مرکوز ہو' نہ کہ اس مقصد کے حصول کے طریقہ کار پر۔

تھکن پر کیسے قابو پایا جائے

پڑھائی ایک تھکا دینے والا کام ہے اور سوچ بچار سے ذہن کافی تھک جاتا ہے۔ لہٰذا تھکن سے بچنے کے لئے ضروری ہے کہ آپ پڑھتے وقت چاق و چوبند رہیں اور جو کچھ آپ سیکھ رہے ہیں اُسے اوپر بتائے ہوئے طریقے سے لکھیں۔ ایک مضمون پڑھنے کے بعد دوسرا مضمون



شروع کر دیں تاکہ آپ اُس اکتاہٹ سے محفوظ رہیں جو ایک ہی مضمون کو لگاتار پڑھنے سے پیدا ہو جاتی ہے۔ اگر آپ نے پڑھائی کے لئے ہمارے بتائے ہوئے طریقے استعمال کئے تو آپ تھکن محسوس نہیں کریں گے۔

قوتِ تخیل سے کام لیتے ہوئے پڑھائی کو اپنی زندگی سے مربوط کریں اور اس کا تعلق حقیقی دنیا سے جوڑیں۔ ان طریقوں سے آپ کو تھکن کا احساس نہیں ہو گا اور اس سے آپ خاصی دیر تک پوری مستعدی اور دلچسپی کے ساتھ پڑھ سکیں گے۔ مستعدی، سرگرمی اور قوتِ تخیل کو استعمال

کرتے ہوئے پڑھنے سے آپ اپنے مضامین میں زیادہ دلچسپی محسوس کریں گے۔ پڑھائی کے لئے خود کو آمادہ کرنے اور اپنے مضامین پر عبور حاصل کرنے کے لئے دلچسپی بنیادی چیز ہے اور دلچسپی اُسی وقت پیدا ہوتی ہے جب پڑھائی کے صحیح طریقے استعمال کئے جائیں۔

پڑھائی کے تین اہم ترین پہلو

بہتر طریقے سے پڑھائی کے تین اہم پہلو ہیں اور ان پر الگ الگ توجہ دینے کی ضرورت ہے۔

☆ پہلا اہم پہلو پڑھائی میں مہارت حاصل کرنے کے طریقوں کے بارے میں ہے کیونکہ مطالعہ کے بعض طریقے درست ہوتے ہیں اور بعض غلط۔

☆ دوسرا اہم پہلو توجہ مرکوز کرنے کے بارے میں ہے کیونکہ بہت سے لوگ توجہ مرکوز نہیں رکھ سکتے اور اگر کافی دیر تک توجہ مرکوز رکھنی پڑے تو انہیں اس کام میں مشکل محسوس ہوتی ہے۔

☆ تیسرا اہم پہلو یادداشت سے متعلق ہے کیونکہ اگر پڑھی ہوئی چیز ضرورت کے وقت یاد نہ آئے تو پڑھائی بے کار ثابت ہوتی ہے۔

تیسرا باب

مطالعے کی رفتار

پڑھائی کے دوران کسی چیز کا جلدی مطالعہ کرنا اہمیت نہیں رکھتا۔ تاہم اس کا یہ مطلب نہیں کہ انتہائی سست رفتاری سے مطالعہ کر کے خواہ مخواہ وقت ضائع کیا جائے۔ مطالعے کی مناسب رفتار کا انحصار دو باتوں پر ہے۔ ایک تو یہ کہ آپ نے پڑھنے کا پکا ارادہ کر رکھا ہو اور دوسرے یہ کہ آپ کا الفاظ کا ذخیرہ کافی وسیع ہو۔

جو پڑھیں اس پر غور کریں

بہت سی کتابیں سرسری طور پر پڑھنے سے یہ بہتر ہے کہ آپ صرف چند کتابیں اچھی طرح اور تفصیل سے پڑھیں۔ جتنا وقت آپ پڑھنے میں لگائیں کم سے کم اتنا ہی وقت پڑھی ہوئی چیزوں کے بارے میں سوچنے پر صرف کریں۔ آپ کا غور وفکر تنقید اور سوالیہ نوعیت کا ہونا چاہیۓ اور یہ کام کتاب پڑھنے سے پہلے ہی شروع ہو جانا چاہیۓ۔

خود سے سوال کریں کہ آپ اس موضوع کے بارے میں پہلے سے کیا کچھ جانتے ہیں۔ آپ کا ذہن اس بارے میں صاف ہونا چاہیۓ کہ کتاب میں کیا ہوگا۔ ابواب کے عنوانات دیکھ کر ذہن میں ان کے بارے میں سوالات تیار کریں اور اپنے سوالات کے جوابات دیکھنے کے لئے کتاب کا مطالعہ کریں۔ اس طرح آپ مستعدی اور سرگرمی سے پڑھ سکیں گے جس سے آپ کی توجہ پڑھائی کی طرف مبذول ہوگی اور دماغ چست رہے گا۔

دلائل دینے کی قوت میں اضافہ کریں

آپ کو اپنا ذخیرۂ الفاظ بڑھانا چاہیئے اور جو کچھ پڑھیں اُس کے بارے میں آپ کے ذہن میں مختلف سوالات پیدا ہونے چاہئیں تا کہ آپ مضمون کی تہہ تک پہنچ سکیں۔ اس کے علاوہ دو اور باتوں پر توجہ دینے کی ضرورت ہے تا کہ آپ کی پڑھائی زیادہ سے زیادہ بہتر ہو۔ ان میں سے پہلی بات ''دلائل کی قوت'' ہے۔ نہ صرف دلائل دینے کی صلاحیت میں اضافہ کرنا چاہیئے بلکہ کتابوں میں مختلف باتوں کی وضاحت کے لئے جو دلائل دیئے جاتے ہیں انہیں سمجھنے' ان سے نتیجہ اخذ کرنے اور مختلف نکتہ نظر کے درمیان فرق کو سمجھنے کی اہلیت بھی پیدا کرنی چاہیئے۔ بعض مضامین مثلاً قانون' ریاضی اور فلسفہ وغیرہ میں مہارت حاصل کرنے کے لئے اس قسم کی صلاحیت بہت ضروری ہے۔



اگر آپ نے دلائل دینے کی صلاحیت پیدا کر لی اور اس صلاحیت کو امتحانی سوالات کا جواب لکھتے

ہوئے کامیابی سے استعمال کیا تو اس سے آپ کو بہت فائدہ پہنچے گا کیونکہ سوالات کے جوابات پڑھ کر ممتحن یقیناً یہ محسوس کرے گا کہ آپ کتابوں میں لکھی ہوئی باتوں کو نہیں دہرا رہے بلکہ آپ نے ان باتوں پر غور وفکر کیا ہے اور اپنے مضمون کو صحیح معنوں میں سمجھا ہے۔

دلائل دینے کی قوت کو بڑھانے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ تقریروں اور مباحثوں میں حصہ لیا جائے۔ مباحثے سے متعلق کسی انجمن کے رکن بن جائیں یا اپنے دوستوں کا ایک حلقہ بنائیں جس میں کسی نہ کسی موضوع پر ہفتہ وار بحث مباحثہ ہو۔ دلائل پیش کرنے کے ہر موقعہ سے فائدہ اٹھائیں اور مختلف نکتہ نظر کی جانچ کریں کہ ان میں کون سے خیالات صحیح ہیں اور کون سے غلط۔

آسان کتابوں سے مشکل کتابوں کی طرف بڑھیں

دوسری بات یہ ہے کہ آپ جو مضمون پڑھ رہے ہیں اُس کی ابتدائی اور بنیادی باتوں کے بارے میں آپ کو خاصی معلومات ہونی چاہئیں۔ بعض کتابوں میں متعلقہ مضمون کی صرف ابتدائی باتیں بتائی جاتی ہیں جب

کہ بعض دوسری کتابوں میں اسی مضمون کی زیادہ مشکل باتوں پر روشنی ڈالی جاتی ہے۔ جب آپ کسی مضمون کو پڑھنا شروع کریں تو شروع شروع میں آپ کو اُن کتابوں کی ضرورت ہوتی ہے جن میں اس مضمون کی ابتدائی اور بنیادی باتیں بتائی گئی ہوں۔

جب آپ کوئی مضمون پڑھنا شروع کریں تو پہلے آسان اور ابتدائی کتابیں پڑھیں اور پھر آہستہ آہستہ مشکل اور مفصّل کتابوں کی طرف آئیں۔ اگر آپ نے ابتدا میں ہی مشکل اور مفصّل کتابوں کا مطالعہ شروع کر دیا تو آپ اپنے مضمون کو اچھی طرح نہیں سمجھ سکیں گے۔ یہ بھی درست نہیں کہ آپ لگاتار بنیادی کتابیں ہی پڑھتے رہیں۔ کتابوں کا انتخاب اس طرح کریں کہ ہر اگلی کتاب کا معیار پہلی کے مقابلے میں کچھ بلند ہو۔ اس طرح آسان اور بنیادی کتابوں سے آہستہ آہستہ زیادہ وسیع، مفصّل اور مشکل کتابوں کی طرف بڑھتے چلے جائیں۔

سُست رفتاری سے پڑھائی کی وجہ

سُست رفتاری سے مطالعہ کرنے کا سب سے بڑا سبب یہ ہے کہ بعض لوگوں کی عادت ہوتی ہے کہ وہ ایک چیز پڑھنے کے بعد اسے دوبارہ

پڑھنے لگ جاتے ہیں۔ بعض اوقات ایسا کرنا ضروری بھی ہوتا ہے۔ خاص طور پر اُس وقت جب بات آپ کی سمجھ میں نہ آ رہی ہو یا جملے اتنے اچھے ہوں کہ آپ انہیں یاد رکھنا چاہتے ہوں۔ تاہم ایک ہی چیز کو بلا وجہ بار بار پڑھنا ایک ایسی حرکت ہے جو ہم بغیر سوچے سمجھے کرتے ہیں۔ بعض لوگوں کو ایسی بات تسلیم کرنے میں خاصی مشکل پیش آتی ہے جو انہوں نے پہلی مرتبہ سنی یا پڑھی ہو۔ چنانچہ اخبارات' ریڈیو اور ٹیلی ویژن پر جو خبریں پیش کی جاتی ہیں وہ انسانی فطرت کے مطابق تیار کی جاتی ہیں تاکہ لوگوں کو یہ خبریں دوبارہ پڑھنے یا سننے کی ضرورت نہ رہے۔

کیا کتاب کو ایک ہی مرتبہ پڑھا جائے

تاہم اس کا مطلب یہ نہیں کہ پوری کتاب کو دوبارہ نہیں پڑھنا چاہئے۔ درحقیقت کسی اچھی کتاب کو پوری طرح سمجھنے کے لئے اسے کم سے کم تین مرتبہ ضرور پڑھنا چاہئے۔ تاکہ پوری کتاب کے بارے میں رائے قائم کی جا سکے۔ کچھ لوگوں کا خیال یہ ہے کہ پہلی مرتبہ ہی پوری توجہ اور تفصیل سے مطالعہ کرنا چاہئے اور پہلی مرتبہ پڑھنے سے جو باتیں اچھی طرح سمجھ میں

نہ آئیں انہیں سمجھنے کے لئے کتاب کا دوسری مرتبہ مطالعہ کرنا چاہئے تا کہ ہر بات اچھی طرح سمجھ میں آ جائے۔ ان دونوں میں سے کون سا خیال صحیح ہے اس کا فیصلہ آپ کو خود کرنا ہو گا۔ چنانچہ آپ اپنے تجربے کی روشنی میں یہ فیصلہ کر سکتے ہیں کہ آپ کے لئے کون سا طریقہ مناسب رہے گا۔

ضروری باتوں پر نشان لگائیں

کتاب پڑھتے وقت ضروری باتوں کے نیچے نشان لگانا ایک فن کی حیثیت رکھتا ہے تاہم نشانات صرف اپنی ہی کتابوں پر لگانے چاہئیں ادھار لی ہوئی کتابوں پر نہیں۔ کتاب پر نشانات لگاتے وقت آپ کے ذہن میں یہ بات واضح ہونی چاہئے کہ ان نشانات کا مقصد کیا ہے کیونکہ اسی صورت میں آپ ان سے پورا پورا فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ یہ مقاصد تین طرح کے ہو سکتے ہیں۔ پہلا تو یہ کہ اس سے پڑھائی پر آپ کی پوری توجہ مرکوز رہے گی اور آپ اپنی دماغی صلاحیت سے پورا پورا فائدہ اٹھا سکیں گے۔

دوسرا یہ کہ اہم حصوں یا حقائق پر نشان لگانے سے آپ کو مشکل پیراگراف سمجھنے میں مدد ملے گی۔ چونکہ آپ ایسے اہم جملوں کی تلاش میں ہوں گے جن کے نیچے نشان لگانا ضروری ہے۔ لہٰذا قدرتی بات ہے کہ آپ

زیادہ سے زیادہ توجہ سے پڑھیں گے اور باتوں کو سمجھنے کی زیادہ کوشش کریں گے۔ آپ کی توجہ بھی ادھر ادھر نہیں بھٹکے گی۔ اس طرح آپ ایک مرتبہ پڑھنے سے اتنا کچھ سیکھ سکتے ہیں جو کئی مرتبہ پڑھنے سے بھی ممکن نہیں۔

تیسرا یہ کہ کتاب پر نشان لگانے سے آپ کو اُس وقت خاص مدد ملے گی۔ جب آپ کتاب کو دہرانے کے لئے کھولیں گے یا کسی خاص موضوع کے بارے میں کوئی معلومات حاصل کرنا چاہیں گے۔ نشانات کو زیادہ مفید بنانے کے لئے ضروری ہے کہ آپ ہر صفحے پر موٹے حرفوں میں یہ لکھ لیں کہ اس صفحے میں کن کن باتوں پر بحث کی گئی ہے۔

ان تینوں مقاصد کو ذہن میں رکھیں اور کوشش کریں کہ نشانات کم سے کم لگائے جائیں کیونکہ اگر آپ نے ہر چیز پر نشان لگا دیئے تو اس سے کوئی فائدہ نہیں ہوگا۔

کتاب کو کس ترتیب سے پڑھا جائے

اگر آپ کتاب کو اسی ترتیب سے پڑھیں جس ترتیب سے وہ شائع ہوئی ہے تو بعض اوقات یہ طریقہ فائدہ مند نہیں ہوتا۔ کتاب کا مطالعہ شروع کرنے سے پہلے اس کا سرسری جائزہ لینا یا فہرست دیکھ لینا اکثر مفید

رہتا ہے۔ اگر مصنف نے ہر باب کے آخر میں اُس کا خلاصہ دے رکھا ہے تو پہلے اس خلاصے کو پڑھیں۔ کیونکہ اس سے آپ کو پتہ چل جائے گا کہ اس باب میں کن کن باتوں پر بحث کی گئی ہے۔

جب کتاب میں دیباچہ موجود ہو تو بہتر ہے کہ اسے آخر میں پڑھیں۔ بعض اوقات دیباچے سے آپ کو اُس وقت تک زیادہ مدد نہیں ملتی جب تک کہ آپ نے پوری کتاب نہ پڑھی ہو۔ اس لئے بہترین طریقہ یہ ہے کہ دیباچہ پہلی بار کتاب ختم کرنے اور دوسری بار کتاب کا مطالعہ شروع کرنے سے پہلے پڑھیں۔ بعض کتابوں میں دیباچہ ہوتا ہی کتاب کے آخر میں ہے۔

اخبارات اور رسالوں کا مطالعہ

طالب علم کو چاہئے کہ وہ اخبار، رسالوں اور مختلف کتابوں کا مطالعہ بھی جاری رکھے کیونکہ اس طرح اس کا علم وسیع ہو گا اور اسے نئی نئی معلومات حاصل ہوں گی اور وقت کے ساتھ اس کا علم بھی بڑھتا رہے گا۔ کسی بھی کتاب میں تازہ ترین صورت حال کے بارے میں معلومات نہیں ہوتیں۔ آج کل فزکس، کیمسٹری، بیالوجی، ریاضی، طب، کمپیوٹر ٹیکنالوجی اور سائنس کے دوسرے شعبوں میں اتنی تیزی سے ترقی ہو رہی ہے کہ ایک دو سال پہلے

لکھی جانے والی کتابیں بھی تازہ ترین معلومات فراہم نہیں کر سکتیں۔

یہ بات ذہن میں رکھنی چاہیئے کہ رسالوں میں عام طور پر تازہ ترین باتیں درج ہوتی ہیں۔ کورس کی کتابوں کے علاوہ دوسری کتابوں کا انتخاب سوچ سمجھ کر کرنا چاہیئے۔ مقالے اور مضامین پڑھتے وقت اس بات کا خیال رکھیں کہ انتہائی ضروری باتیں اور حقائق عام طور پر پہلے اور آخری پیرے میں ہوتے ہیں۔ جن میں اس مقالے کا مرکزی مفہوم اور مصنف کے اخذ کیے ہوئے نتائج درج ہوتے ہیں۔

امتحان کے دن کو نہ بھولیں

اگر آپ کسی امتحان کی تیاری کے لئے پڑھ رہے ہیں تو امتحان کے تقاضوں کو ہمیشہ اور ہر وقت پیشِ نظر رکھیں۔ پڑھتے وقت اس بات کا خیال رکھیں کہ امتحان میں آپ کو زیادہ سے زیادہ دلچسپ اور اہم باتیں تحریر کرنی ہیں۔ لہٰذا اپنے ذہن میں اُن باتوں اور حقائق کو محفوظ رکھیں جن کے بارے میں آپ کا خیال ہے کہ آپ انہیں امتحان میں اچھی طرح پیش کر سکیں گے۔ اس طرح آپ امتحان کے لئے ذہنی طور پر زیادہ تیار رہیں گے اور ان خیالات اور نظریات کو امتحان میں اچھی طرح پیش کر سکیں گے۔

چوتھا باب

توجہ مرکوز کرنا سیکھیں

بہتر طریقے سے پڑھائی کے لئے توجہ مرکوز کرنے کی صلاحیت بہت ضروری ہے۔ اس صلاحیت کے بغیر مؤثر پڑھائی ممکن نہیں۔ اگر آپ میں یہ صلاحیت موجود ہے تو آپ باتوں کو اچھی طرح سمجھ سکتے ہیں اور اُن پر عبور حاصل کر سکتے ہیں۔ پڑھتے وقت پوری توجہ مرکوز کرنے سے نئی باتیں اور معلومات یاد رکھنے میں بڑی مدد ملتی ہے۔ اگر آپ یہ چاہتے ہیں کہ جو چیز آپ نے آج پڑھی ہے وہ ایک سال بعد بھی یاد رہے تو اس کا انحصار اس بات پر ہوگا کہ آپ کتنی توجہ سے پڑھتے ہیں۔

اس معاملے میں آپ کا دماغ کیمرے کی طرح ہے۔ اگر آپ اچھی اور واضح تصویر حاصل کرنا چاہتے ہیں تو اس کے لئے ضروری ہے کہ کیمرہ صحیح فوکس کیا جائے اور تصویر لیتے وقت ساکن رہے۔ اگر ایسا نہ ہو تو تصویر دھندلی اور بے ڈھنگی ہوگی۔ آپ اپنی یادداشت پر کتنا ہی بوجھ کیوں نہ ڈالیں آپ اُن باتوں کو یاد نہیں رکھ سکیں گے جو آپ نے پڑھتے وقت اچھی طرح ذہن نشین نہیں کی تھیں۔ ایسے موقعوں پر عموماً اپنی یادداشت کو بُرا بھلا کہا جاتا ہے۔ حالانکہ حقیقت یہ ہوتی ہے کہ پڑھتے وقت پوری توجہ مرکوز نہیں کی گئی تھی۔

پڑھائی پر توجہ مرکوز کرنے کی عادت ڈالیں

توجہ مرکوز کرنے سے مراد یہ ہے کہ پڑھائی کے دوران آپ کے خیالات ادھر ادھر نہ بھٹکیں۔ اور آپ کی ساری توجہ کتاب پر ہو۔ توجہ مرکوز کرنے کا انحصارِ قوت ارادی پر ہوتا ہے۔ آپ کو روزانہ پڑھائی کا آغاز کرتے وقت یہ عہد کرنا چاہئے کہ کسی مشکل کتاب کے پہلے چند صفحے اچھی

طرح سمجھیں گے یا کسی نئے موضوع کے شروع کے حصے کو اچھی طرح ذہن نشین کریں گے۔ اگر آپ کا آغاز اچھا ہو گیا تو اس سے آپ کو متعلقہ مضمون میں دلچسپی قائم رکھنے اور توجہ مرکوز کرنے کی عادت ڈالنے میں بڑی مدد ملے گی۔



توجہ مرکوز کرنے کی عادت پیدا کرنے کے لئے ضروری ہے کہ آپ ہار نہ مانیں اور پوری ثابت قدمی سے یہ عمل جاری رکھیں۔ شروع ہی سے توجہ مرکوز کرنے کی عادت ڈالیں چاہے آپ کی طبیعت ایسا کرنے پر آمادہ ہو یا نہ ہو۔ خود پر جبر کریں اور خیالات کو اِدھر اُدھر نہ بھٹکنے دیں۔ اس طرح جلد ہی آپ میں اپنے کام پر پوری توجہ مرکوز کرنے کی صلاحیت پیدا ہو جائے گی۔

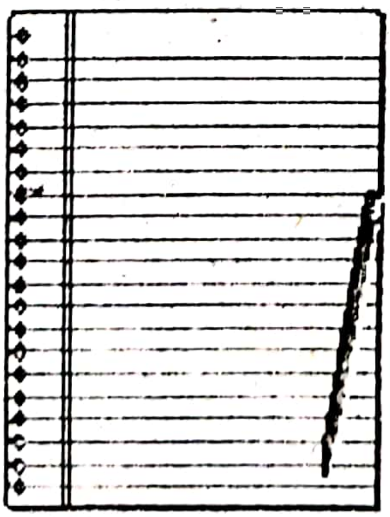
ایک ہی طرح کا کام تھکا دیتا ہے

آپ کا دماغ مسلسل ایک ہی طرح کا کام کرنا پسند نہیں کرتا۔ یہی وجہ ہے کہ کسی ایک بات پر کافی دیر تک توجہ مرکوز رکھنا مشکل ہوتا ہے۔ اگر

پڑھائی مختلف کاموں پر مشتمل ہو مثلاً اس میں پڑھنے کا کام بھی ہو، لکھنے کا بھی اور زبانی یاد کرنے کا بھی، تو آپ کبھی بور نہیں ہوں گے اور آپ کو توجہ مرکوز کرنے میں بڑی مدد ملے گی۔ کوشش کریں کہ آپ کی پڑھائی میں مختلف قسم کے معاملے شامل ہوں۔

اپنی پڑھائی کے کام کو تقسیم کریں کہ اتنا وقت پڑھنے کے لئے، اتنا لکھنے کے لئے اور اتنا یاد کرنے کے لئے ہوگا۔ آپ اصل موضوع کو سامنے رکھتے ہوئے اپنے کام میں جتنا تنوع اور ورائٹی پیدا کریں گے اتنی ہی آسانی سے آپ اپنی توجہ مرکوز رکھ سکیں گے۔

کاغذ اور قلم کا استعمال



توجہ مرکوز کرنے کی عادت اپنانے کا بہترین طریقہ کاغذ اور قلم کا مناسب استعمال ہے۔ مثال کے طور پر جب آپ ایک تحریری جواب کی تیاری کر رہے ہوں تو جو بھی خیالات آپ کے ذہن میں آئیں انہیں لکھنا

شروع کر دیں۔ چاہے اُن کا تعلق متعلقہ موضوع سے بہت ہی کم ہو یا وہ کتنے ہی غیر اہم کیوں نہ ہوں۔ آپ اپنے خیالات لکھتے چلے جائیں۔ رفتہ رفتہ آپ کے خیالات ایک صحیح شکل اختیار کرنا شروع کر دیں گے۔ آپ دیکھیں گے کہ آپ کو اپنے تحریری کام کے لئے ایک خاکہ مل گیا ہے۔ اس خاکے کو مکمل کرنے کے لئے نئے نئے خیالات خود بخود آپ کے ذہن میں آتے چلے جائیں گے۔ آپ قلم منہ میں ڈال کر خیالات کے انتظار میں نہ بیٹھے رہیں۔ جب آپ نے کچھ لکھنا ہے تو بس لکھنا شروع کر دیں۔ خیالات اور حقائق تیزی سے خود ہی آپ کے ذہن میں مرتب ہونا شروع ہو جائیں گے۔

پڑھائی سے توجہ نہ ہٹنے دیں

توجہ مرکوز کرنے کا مطلب یہ ہے کہ آپ کے خیالات اِدھر اُدھر نہ بھٹکیں۔ خیالات کئی وجوہات کی بناء پر اِدھر اُدھر بھٹک سکتے ہیں۔ ان وجوہات کو پہچاننا ضروری ہے۔ خیالات کے بھٹکنے کی سب سے بڑی وجہ تو یہ ہے کہ بعض لوگ اہم ترین معاملات کے مقابلے میں معمولی معاملے کو زیادہ ضروری سمجھ لیتے ہیں۔ ایسا اُس وقت ہوتا ہے جب آپ اپنے آپ سے کہتے ہیں ''میں جانتا ہوں کہ مجھے فلاں فلاں کام کرنا چاہئے تاہم میں

پہلے اس کام کو ختم کر لوں''۔ اس سے صاف ظاہر ہوتا ہے کہ آپ اچھی طرح جانتے ہیں کہ جو کام آپ ملتوی کر رہے ہیں وہ زیادہ ضروری ہے۔ لیکن یہ جاننے کے باوجود آپ ضروری کام کو چھوڑ کر ایک معمولی کام اس لئے کرنا چاہتے ہیں کیونکہ آپ کو وہ ضروری کام مشکل اور کم دلچسپ محسوس ہوتا ہے۔ اس لئے آپ خود کو آمادہ کرتے ہیں کہ ضروری کام کی بجائے کوئی دوسرا کام پہلے کیا جائے۔

پڑھائی سے توجہ ہٹانے والی باتوں پر قابو پانے کے لئے ضروری ہے کہ آپ کو معلوم ہو کہ کون سا کام زیادہ ضروری ہے اور کون سا کم ضروری ہے۔ اس کے علاوہ آپ کو پکا ارادہ کر لینا چاہئے کہ جو کام ضروری ہے میں اُسے ضرور کروں گا۔ آپ کی نگاہوں کے سامنے ہمیشہ وہ مقصد ہونا چاہئے جو پڑھائی کے ذریعے آپ حاصل کرنا چاہتے ہیں۔ یاد رکھیں کہ جو چیز بھی اس مقصد کو حاصل کرنے میں رکاوٹ پیدا کرے وہ غیر ضروری ہے اور آپ کو ایسی غیر ضروری چیزیں پڑھائی کے ٹائم ٹیبل سے خارج کر دینی چاہئیں۔

پڑھائی سے توجہ ہٹنے کے مسئلے پر قابو پانے کے لئے ضروری ہے کہ آپ ایک وقت میں صرف ایک کام کرنے کی عادت ڈالیں۔ آپ نے مقررہ وقت میں جو کام کرنے کا پروگرام بنا رکھا ہے اُسے ضرور پورا کریں اور اس دوران کسی اور کام پر توجہ نہ دیں۔ اس سلسلے میں اُس ڈاکٹر کا رویہ

اپنائیں جس سے پوچھا گیا کہ آپ کے پاس روزانہ سینکڑوں مریض آتے ہیں۔ آپ ان سب سے کس طرح نمٹتے ہیں۔ اُس نے جواب دیا ''میرے پاس صرف ایک مریض ہوتا ہے جو اُس وقت میرے سامنے ہوتا ہے''۔

توجہ اِدھر اُدھر بھٹکنے سے بچنے کا ایک اور طریقہ یہ ہے کہ کام کے درمیان میں آرام کریں لیکن کام سمیٹیں نہیں بلکہ اسی طرح رہنے دیں۔ اگر چائے یا کافی پینی ہو تو اپنی کرسی پر ہی بیٹھ کر پئیں اور کتابیں اور کاغذات اسی طرح رہنے دیں۔ اگر آپ اپنے کام کی جگہ سے ایک مرتبہ اٹھ کر چلے گئے تو ریڈیو، ٹیلی ویژن، گھر کے لوگ اور دوسری کئی چیزوں آپ کی توجہ اپنی طرف مبذول کر لیں گی۔ اگر آپ اپنے کام کی جگہ پر ہی موجود رہیں تو دوبارہ کام شروع کرتے وقت آپ ایک دو منٹ میں ہی کام کی طرف مائل ہو جائیں گے لیکن اگر آپ اٹھ کر چلے گئے تو کام یا پڑھائی کی طرف توجہ مرکوز کرنے میں دیر لگے گی۔

بعض اوقات آپ کی پڑھائی کے دوران کئی ایسے معاملات آ جاتے ہیں جو اہم ہوتے ہیں۔ چنانچہ کوشش کریں کہ ان معاملوں کو الگ رکھیں اور بعد میں ان پر توجہ دیں۔ اس کے لئے آپ یہ کر سکتے ہیں کہ ایسے معاملوں کو ایک الگ کاغذ پر نوٹ کر لیں تا کہ آپ کو یہ کام یاد رہیں اور

پڑھائی ختم کرنے کے بعد آپ ان کاموں کو کر سکیں۔ جب آپ محسوس کریں کہ پڑھائی کا کام زیادہ ہے یا امتحان سے پہلے کتابوں کو دہرانا ہے تو آپ کو چاہئے کہ فالتو کاموں کے لئے کوئی وقت مقرر کر لیں اور اس وقت کے لئے کوئی دوسری مصروفیت نہ رکھیں۔ اس طرح آپ فالتو کام اپنی پڑھائی میں خلل ڈالے بغیر کر لیں گے۔

مختلف مشغلوں اور کھیلوں کی مدد سے آپ توجہ مرکوز کرنے کی عادت پیدا کر سکتے ہیں۔ چنانچہ ایسے مشغلوں اور کھیلوں میں حصہ لیں جن میں پوری توجہ دینے کی ضرورت ہو۔ مثلاً شطرنج، معمے اور تعلیمی تاش وغیرہ۔

ذہن پر دباؤ نہیں ہونا چاہئے

پوری طرح توجہ مرکوز رکھنے کے لئے ضروری ہے کہ آپ پر کسی قسم کا ذہنی اور اعصابی دباؤ نہ ہو۔ اگر آپ پر کسی قسم کا ذہنی اور اعصابی دباؤ ہوا تو آپ کی توجہ میں خلل پیدا ہو گا۔ اگر اعصابی دباؤ بہت زیادہ ہو تو اس سے گھبراہٹ پیدا ہوتی ہے اور آدمی کو توجہ مرکوز کرنے کے لئے اپنے ذہن پر بہت زیادہ دباؤ ڈالنا پڑتا ہے جس سے آدمی تھک جاتا ہے۔

آپ کوشش کریں کہ آپ کی ذہنی کیفیت ایسی ہو کہ آپ آسانی سے پڑھائی کی طرف توجہ مرکوز کر سکیں۔ اس کے ساتھ ساتھ کام کرنے کی جگہ

بھی مناسب ہونی چاہیئے۔ آپ کی کرسی وغیرہ نہ تو بہت آرام دہ ہو اور نہ ہی بہت سخت ہو۔

تھکن کیسے دور کی جائے

یہ بہت ضروری ہے کہ پڑھائی کے دوران تھکن نہ ہونے پائے کیونکہ اس سے توجہ پڑھائی سے ہٹ جاتی ہے۔ آرام کرنے کی خواہش اور تھکن دو الگ چیزیں ہیں۔ پڑھائی جیسے سخت کام کے لئے آرام ضروری ہے کیونکہ آرام سے آدمی پڑھائی کے لئے دوبارہ تازہ دم ہو جاتا ہے لیکن تھکن پڑھائی کے سلسلے میں بہت نقصان دہ ثابت ہوتی ہے۔

جب آپ کئی مہینے مسلسل پڑھائی میں مصروف رہیں تو تھکن آہستہ آہستہ آپ پر غالب آنے لگے گی۔ چھٹیوں کا مقصد یہی ہوتا ہے کہ تھکن پر قابو پایا جائے۔ اگر آپ روزانہ کافی دیر تک سخت محنت سے پڑھتے رہیں اور اپنے مضامین پر پوری توجہ مرکوز رکھیں تو ایک دن آئے گا کہ آپ کا دماغ اور جسم آپ کا ساتھ دینے سے انکار کر دیں گے۔

تھکن شروع ہونے کا پتہ ان باتوں سے چلتا ہے یعنی نیند کم آتی ہے، بد مزاجی پیدا ہو جاتی ہے، یہ محسوس ہونے لگتا ہے کہ کام بہت زیادہ ہے اور پوری کوشش کے باوجود پڑھائی ٹھیک طریقے سے نہیں ہو رہی۔ جب آپ میں اس قسم کی علامات ظاہر ہونے لگیں اور خود اعتمادی ختم ہونے لگے تو ضروری ہے کہ مکمل آرام کریں۔ عارضی طور پر پڑھائی چھوڑ دیں اور ممکن ہو تو کہیں سیر و تفریح کے لئے چلے جائیں۔ اگر آپ دو دن بھی مکمل سیر و تفریح کریں تو اس کا بہت خوشگوار نتیجہ نکلے گا۔ تھکن پر قابو پانے کا ایک طریقہ یہ بھی ہے کہ آپ ہفتے میں ایک دن اپنی روزمرہ کی مصروفیات ختم کر دیں۔ اس کے ساتھ ہی اگر آپ روزانہ ایک دو گھنٹے مکمل تفریح کریں تو اس سے بھی آپ کی پڑھائی پر اچھا اثر پڑے گا۔

پڑھائی کے لئے خود اعتمادی کی اہمیت

اگر آپ کے ذہن کا رجحان پڑھائی کی طرف ہو تو اس سے توجہ مرکوز کرنے میں بہت آسانی رہتی ہے۔ آپ کو اپنی دماغی صلاحیت اور اہلیت پر پورا اعتماد ہونا چاہئے اور اپنے مضمون پر عبور اور امتحان میں کامیابی

حاصل کرنے کے بارے میں سوچنا چاہئے۔ آپ کے خیالات اس قسم کے نہیں ہونے چاہئیں کہ کیا میں صحیح طریقے سے پڑھ سکتا ہوں اور کیا میں امتحان میں کامیابی حاصل کر سکتا ہوں۔ اپنی صلاحیتوں کے بارے میں شک وشبہ سے آپ کے مسائل میں اضافہ ہوگا اور اگر آپ نے خود اعتمادی سے کام لیا تو کامیابی آپ کے قدم چومے گی۔

خود اعتمادی بڑھانے کے لئے آپ یہ سوچیں کہ اگر آپ پڑھائی کی طرف توجہ نہ دے سکے تو اس سے آپ کو کیا نقصان پہنچے گا؟ ظاہر ہے کہ اگر آپ امتحان میں فیل ہو گئے تو آپ کی بے عزتی ہوگی۔ آپ محسوس کریں گے کہ آپ میں علم حاصل کرنے کی اہلیت نہیں



اور دوسرے لوگ دماغی لحاظ سے آپ سے بہتر ہیں حالانکہ حقیقت یہ ہے کہ دوسرے لوگ آپ سے زیادہ دماغی صلاحیت یا قابلیت نہیں رکھتے۔ اس کے برعکس اگر آپ امتحان میں کامیاب ہو گئے تو اپنی اور دوسروں کی نظروں میں آپ کی عزت بڑھ جائے گی اور آپ کے دل میں اپنی

صلاحیتوں پر بھروسہ پیدا ہوگا۔

یاد رکھیں کہ معمولی قابلیت کے لوگ بھی قوتِ ارادی اور عزم سے کام کر کے حیرت انگیز کامیابی حاصل کر سکتے ہیں۔ اگر آپ اپنے مضمون پر پوری توجہ دیں تو آپ میں دماغی صلاحیت بھی پیدا ہو جائے گی اور اپنے مضمون پر عبور حاصل کرنے کا عزم بھی پیدا ہو جائے گا۔ یاد رکھیں کہ پڑھائی کی طرف توجہ لازمی چیز ہے۔ یہ ضروری نہیں کہ آپ بہت دیر تک پڑھتے رہیں۔ ضروری یہ ہے کہ آپ جو کچھ پڑھیں اُسے پوری توجہ کے ساتھ پڑھیں۔ مطلب یہ ہوا کہ پڑھائی کا معیار اُس کی مقدار سے زیادہ اہم ہے۔

پڑھائی کے لئے ذہنی تیاری

روزانہ پڑھائی شروع کرنے سے کافی پہلے ذہن کو تیار کریں۔ اپنی روزانہ کی پڑھائی کے بارے میں پُرامید انداز میں سوچنے کی عادت اپنائیں۔ خود کو بتائیں کہ آج کتنا پڑھنا ہے اور دماغ کو پڑھائی پر آمادہ کریں۔ دماغی طور پر پڑھائی کی تیاری کے معاملے کو سمجھنے کے لئے اس مثال پر غور کریں۔ جب کسی سیاسی لیڈر کو کوئی اہم تقریر کرنا ہوتی ہے تو وہ پہلے سے اس کی تیاری

کرتا ہے۔ مقررہ دن وہ جلسے کی جگہ پر جاتا ہے۔ منتظمین سے ملتا ہے۔ عام طور پر وہ تقریر کے لئے اسٹیج پر آنے سے دس منٹ پہلے الگ کمرے میں چلا جاتا ہے۔ اپنی تقریر اور اُسے کامیابی سے ادا کرنے کے بارے میں سوچتا ہے۔ اپنے ذہن سے دوسری چیزوں کو نکال دیتا ہے اور یہ سوچتا ہے کہ سامعین کا اعتماد کیسے حاصل کیا جائے۔ اس طرح وہ عام طور پر اپنے ذہن اور جذبات کو کامیاب تقریر کے لئے آمادہ کر لیتا ہے۔

اگر آپ روزانہ اس طرح کی تیاری کی عادت اپنا لیں تو اس سے آپ کی پڑھائی بہت بہتر ہو جائے گی۔ اور آپ کا ذہن پڑھنے پر آمادہ ہو جائے گا۔ تجربے اور مشق سے آپ کو پتہ چل جائے گا کہ صحیح اور مناسب طور پر تیاری کے لئے کیا کرنا چاہئے۔

ذہنی پریشانی پڑھائی میں رکاوٹ ڈالتی ہے

اسی طرح پوری توجہ سے پڑھنے کے لئے ضروری ہے کہ آپ اپنے ذہن سے ہر طرح کی جذباتی پریشانیاں نکال دیں۔ آپ ان پریشانیوں

سے چھٹکارا حاصل کرنے کے لئے کچھ بھی کریں یہ آپ کے لئے مسلسل تکلیف دہ ثابت ہوں گی۔ کیونکہ جذبات کی لہر خیالات اور قوتِ ارادی سے زیادہ طاقتور ہوتی ہے اور جذبات کو زیر کرنے کا طریقہ صرف یہ ہے کہ آپ ان پر قابو پانے کے لئے زبردست جدوجہد کریں۔ بہتر طریقہ یہ ہے کہ سچائیوں کو تسلیم کرلیں۔ یہ مان لیں کہ آپ پر جذبات کا دباؤ ہے اور سب سے پہلے ان جذبات پر قابو پانے کے اقدامات کریں۔ طویل عرصے سے موجود جذباتی مسئلے آپ کی پڑھائی کے لئے بہت نقصان دہ ہیں۔ لہٰذا ان مسائل اور الجھنوں کا علاج ضروری ہے۔



پانچواں باب

اپنی یادداشت کو بہتر بنائیں

تعلیم کے میدان میں نئے تجربوں سے یادداشت اور اس کے عمل کے بارے میں کئی نئی باتیں منظرِ عام پر آئی ہیں۔ چنانچہ دو اہم حقائق سامنے آئے ہیں جو یادداشت بڑھانے کے سلسلے میں بہت اہم ہیں۔ ان میں سے پہلی بات یہ ہے کہ دماغی سرگرمیوں



سے یادداشت کو بہتر بنانے میں مدد ملتی ہے۔ دوسرے یہ کہ یادداشت اُس وقت مضبوط ہوتی ہے جب طالب علم پڑھائی میں بتدریج اس طرح آگے بڑھے کہ اس کے تمام جوابات ہمیشہ درست نکلتے ہوں۔ یہ کہنا غلط نہ ہوگا کہ کامیاب پڑھائی کے لئے یادداشت سب سے زیادہ اہمیت رکھتی ہے۔

اس سے پہلے بتایا جا چکا ہے کہ صحیح طریقے سے پڑھنے اور پوری توجہ مرکوز کرنے سے یادداشت بڑھانے میں مدد ملتی ہے۔ کیونکہ جو بات آپ نے اچھی طرح سمجھی اور یاد نہ کی ہو اُسے آپ زبانی نہیں دہرا سکتے۔ یادداشت کو انتہائی مؤثر طور پر کام میں لانے کے لئے یہ بات جاننا بہت ضروری ہے کہ یادداشت کوئی ڈبہ یا صندوق نہیں ہے کہ اس میں چیزیں جمع کر دیں اور ضرورت کے وقت نکال لیں۔ آپ اپنی یادداشت کی مدد سے اُس چیز کو زبانی نہیں دہرا سکتے جسے آپ نے پوری توجہ اور تفصیل سے نہ پڑھا ہو۔

نئی اور پرانی معلومات میں تعلق پیدا کریں

یادداشت کی اصل بنیاد خیالات کو یک جا کرنا ہے۔ ہمیں بعض

باتیں اس لئے یاد رہتی ہیں کہ ہم اُن کا تعلق کسی ایسی چیز سے جوڑ دیتے ہیں جو ہمیں پہلے سے معلوم ہو۔ پڑھتے وقت اس بات کا خیال رکھیں کہ پوری سوچ سمجھ سے کام لے کر نئی معلومات کو اپنے پہلے کے علم سے منسلک کریں۔ جب تمام نئی باتیں پرانی باتوں سے منسلک ہوتی چلی جائیں گی تو ان نئی باتوں کو یاد رکھنا آسان ہو جائے گا۔ خیالات کو ایک دوسرے سے جوڑنے اور آپس میں اُن کا تعلق پیدا کرنے اور ایسا کرنے سے یادداشت پر جو اچھا اثر پڑتا ہے اُسے ایک مثال سے واضح کیا جا سکتا ہے۔ ایک مختصر سا جملہ لیں جسے آپ آسانی سے سمجھ لیں جیسے ''مجھے وہ گھر یاد ہے جہاں میں پیدا ہوا تھا''۔ ہر طالب علم اس جملے کو صرف ایک مرتبہ سننے سے یاد رکھ سکتا ہے۔ کیونکہ اس جملے کا ہر لفظ اگلے لفظ سے جڑا ہوا ہے اور پورے جملے کے معنی بالکل واضح ہیں۔

اب اس جملے کے الفاظ کی جگہ دس اور الفاظ لکھیں جن سے کوئی مطلب نہ بنتا ہو۔ مثلاً رومال' ایک' چائے' درمیان' وقت' آگ' مٹی' ضابطے' طالب علم' مشین۔ آپ دیکھیں گے کہ ان دس الفاظ کو ایک مرتبہ سننے کے بعد یاد رکھنا بہت مشکل ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ ان الفاظ کا ایک دوسرے سے کوئی تعلق نہیں بنتا۔ چنانچہ ہر لفظ کو الگ الگ کر کے یاد

کرنا پڑے گا۔ الفاظ اور معلومات کے آپس کے تعلق کی اہمیت سے یہ بات واضح ہو جاتی ہے کہ ہر نیا مضمون پڑھنا کیوں مشکل ہوتا ہے۔

جب ہم کوئی نیا مضمون پڑھنا شروع کرتے ہیں تو ہمارے ذہن میں پہلے سے ایسی معلومات یا علم کا خاکہ نہیں ہوتا جس سے اس نئے مضمون کو جوڑا جا سکے۔ ایک غیر ملکی زبان سیکھنے میں شروع میں بہت مشکل پیش آتی ہے کیونکہ اس غیر ملکی زبان کے تمام الفاظ ہماری پہلی معلومات سے بالکل مختلف ہوتے ہیں اور انہیں الگ الگ کر کے یاد کرنا پڑتا ہے۔ تاہم جب ہم آگے بڑھتے ہیں تو آسانی پیدا ہو جاتی ہے۔ کیونکہ اب ہم الفاظ کو ایک دوسرے سے منسلک کرنے کے قابل ہو جاتے ہیں۔

ان حقائق سے یہ اہم سبق ملتا ہے کہ جب آپ نیا مضمون پڑھنا شروع کریں تو ابتداء میں ثابت قدم رہیں اور حوصلہ نہ ہاریں چاہے کتنی ہی مشکلات کیوں نہ پیش آئیں۔ یاد رکھیں کہ سب سے زیادہ مشکلات شروع میں پیش آتی ہیں اور جوں جوں آپ آگے بڑھتے ہیں مشکلات کم ہوتی چلی جاتی ہیں۔

آپ کی یادداشت کمزور نہیں

بعض طالب علم سمجھتے ہیں کہ انہیں پڑھائی میں اس لئے مشکل پیش آتی ہے کیونکہ ان کی یادداشت کمزور ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ بہت ہی کم ایسا ہوتا ہے کہ کسی شخص کی یادداشت واقعی کمزور ہو۔ اصل فرق تربیت یافتہ اور غیر تربیت یافتہ یادداشت میں ہے۔ مثال کے طور پر کسی شخص کے لئے بھی اپنی پوری رفتار کے ساتھ ایک میل تک دوڑنا ممکن نہیں جب تک کہ اس نے تربیت حاصل نہ کی ہو اور باقاعدگی سے مشق نہ کی ہو۔

پھر آپ اس بات کی توقع کیسے رکھ سکتے ہیں کہ آپ تمام چیزوں کو آسانی سے اور صحیح طور پر یاد رکھ لیں گے جب کہ آپ نے خود کو اس کے لئے تیار نہیں کیا۔ اگر آپ سمجھتے ہیں کہ آپ کی یادداشت کمزور ہے تو خود سے پوچھیں کہ آپ نے یادداشت کو بہتر بنانے کے لئے اِسے کون سی باقاعدہ تربیت دی ہے؟ یقیناً اس کا جواب نفی میں ہوگا۔

یادداشت کو کیسے بہتر بنایا جائے

اچھی یادداشت کے لئے ضروری ہے کہ صرف خاص خاص اور منتخب چیزوں کو یاد رکھا جائے۔ کوئی شخص بھی نہیں چاہتا کہ وہ ان تمام باتوں کو یاد رکھے جن سے اسے روزانہ واسطہ پڑتا ہے یا جنہیں وہ دیکھتا یا سنتا ہے۔ جب آپ توجہ سے کوئی کہانی پڑھتے ہیں تو بعد میں اس کے بارے میں اپنے دوستوں کو تفصیل سے بتا سکتے ہیں لیکن آپ اسے لفظ بہ لفظ نہیں دہرا سکتے اور نہ ہی اس کی ضرورت سمجھتے ہیں۔

اپنی یادداشت کو تربیت دینے کے سلسلے میں ایک اہم بات یہ ہے کہ آپ احتیاط سے اور سوچ سمجھ کر اُن باتوں کو منتخب کریں جو آپ یاد رکھنا چاہتے ہیں۔ مثال کے طور پر جب آپ کوئی لیکچر سنتے ہیں تو اُسی وقت فیصلہ کر لیتے ہیں کہ اس میں سے کون کون سی باتیں یاد رکھنے کے قابل ہیں۔ آپ اُن معاملوں پر پوری توجہ دیتے ہیں جو سب سے اہم ہیں اور جنہیں یاد رکھنا ضروری ہے۔ اس طرح آپ اپنی یادداشت کو غیر ضروری

باتیں بھول جانے اور ضروری باتیں یاد رکھنے میں مدد دیتے ہیں اور یہی صحیح طریقہ ہے۔

ضروری باتیں بھولنے سے پہلے تحریر کرلیں

جو باتیں ہم سنتے ہیں اُن میں سے آدھی باتیں ہم چوبیس گھنٹے کے بعد بھول جاتے ہیں۔ جیسے جیسے وقت گزرتا جاتا ہے یادداشت کمزور ہوتی جاتی ہے اور باتیں بھولتی جاتی ہیں۔ لہٰذا جو باتیں ضروری ہوں انہیں جلد از جلد تحریر کرلینا چاہئے۔ مثال کے طور پر اگر آپ کوئی لیکچر سنتے ہیں یا ٹیلی ویژن پر کوئی پروگرام دیکھتے ہیں جس کا آپ کی پڑھائی سے تعلق ہے تو لیکچر یا پروگرام میں جو باتیں آپ کو ضروری محسوس ہوں انہیں فوراً لکھ لیں ورنہ ایک دو دن بعد یہ باتیں آپ کو یاد نہیں رہیں گی۔



اسی طرح یہ بھی ضروری ہے کہ کوئی بات یاد کرنے کے بعد اسے فوراً دہرایا جائے۔ اس کے لئے دو طریقے ہیں۔ یا تو یاد کی ہوئی چیزوں کو کاغذ پر لکھیں یا کسی دوست کو سنائیں۔ جن چیزوں کے بارے میں آپ دوستوں سے بات چیت کرتے ہیں اور اپنے خیالات کا اظہار کرتے ہیں وہ زیادہ دیر تک آپ کے ذہن میں محفوظ رہتی ہیں۔ آپ نے جو کچھ یاد کیا ہے اگر آپ اسے صحیح طریقے سے دہرائیں تو وہ آپ کی یادداشت میں محفوظ رہے گا لیکن اس کے لئے ضروری ہے کہ جو کچھ آپ دیکھیں، سنیں یا پڑھیں اُسے فوراً ہی دہرائیں یا لکھیں۔ ورنہ کچھ دن کے بعد آپ کی یادداشت مدھم پڑ جائے گی۔

یادداشت کی ایک قسم ''پہچان''

دہرانے سے باتیں یاد رہتی ہیں کیونکہ اس طرح وہ سب باتیں آپ کے ذہن میں تازہ ہو جاتی ہیں جو آپ کسی خاص موضوع کے بارے میں یاد رکھنا چاہتے ہیں۔ یادداشت کی ایک اور قسم ''پہچان'' ہے جو پڑھائی کے لئے بڑی اہمیت رکھتی ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ کسی چیز کو دیکھ کر پہچاننے کے ذریعے یاد رکھنا۔ بعض مضامین میں یادداشت کی یہ قسم خاص اہمیت رکھتی ہے۔ مثال کے طور پر بیالوجی میں آپ پودے یا اُن کی شکلیں

دیکھ کر اُن کے نام بتا سکتے ہیں۔ آپ یہ طے کریں کہ آپ آوازوں سے اچھی طرح پہچان سکتے ہیں یا دیکھ کر۔ مختلف لوگوں میں یہ حسّیں مختلف ہوتی ہیں۔ بعض لوگ ایک مرتبہ سنی ہوئی آواز ہمیشہ یاد رکھتے ہیں اور بعض کسی کو ایک مرتبہ دیکھ لیں تو وہ انہیں بھولتا نہیں۔

سمعی (سن کر) اور بصری (دیکھ کر) طریقوں میں سے آپ کی جو حس تیز ہے اُسی لحاظ سے آپ اُسے استعمال کریں۔ بعض طالب علم جن کی بصری حس تیز ہوتی ہے وہ کوئی نظم وغیرہ دیکھ کر یاد کر لیتے ہیں۔ اور جن کی یادداشت کی سمعی حس تیز ہوتی ہے وہ سن کر جلدی یاد کر لیتے ہیں۔ بعض مضامین ایسے ہیں جن کے لئے بصری یادداشت مفید ہوتی ہے جیسا کہ جغرافیہ وغیرہ۔ اور بعض میں سمعی یادداشت مناسب رہتی ہے جیسے موسیقی اور ڈرامہ۔

یادداشت کو مشق کے ذریعے بہتر بنایا جا سکتا ہے

دوسری تمام باتوں کی طرح یادداشت کو بھی مسلسل مشق سے بہتر بنایا جا سکتا ہے۔ آپ کو اپنی یادداشت پر اعتماد اور بھروسہ ہونا چاہئے۔

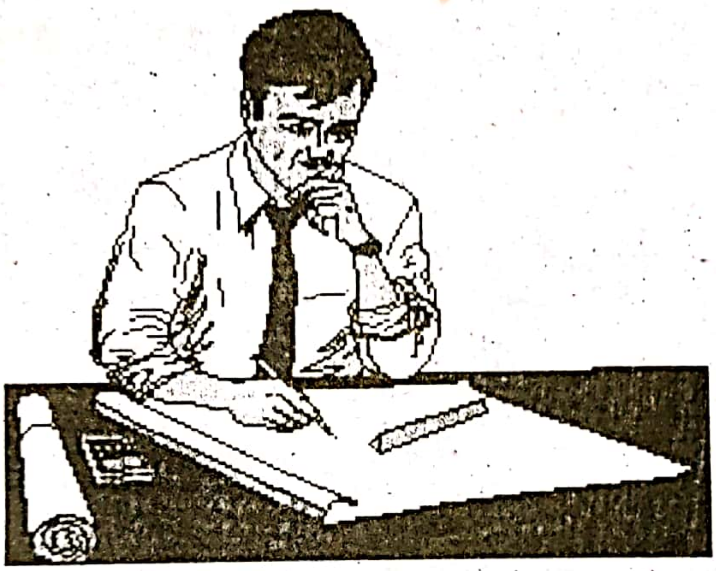
یادداشت سے خوب کام لیں۔ چھوٹی چھوٹی اور معمولی باتیں لکھ کر یاد رکھنے کی بجائے کوشش کریں کہ انہیں بغیر لکھے اپنے حافظے میں محفوظ رکھیں۔ مسلسل مشق انتہائی اہم ہے اور روزمرہ زندگی میں اس کی بے شمار مثالیں ملتی ہیں۔ مثلاً اداکار، گلوکار اور موسیقار وغیرہ صرف مسلسل مشق کے ذریعے ہی طویل مکالمے اور مشکل دھنیں یاد رکھتے ہیں۔ اور شطرنج کے کھلاڑیوں کو بے شمار چالیں یاد ہوتی ہیں۔

خشک قسم کے حقائق کو یاد رکھنا پڑھائی کے دوران غالباً سب سے مشکل کام تصور کیا جاتا ہے۔ تاریخ کے طالب علموں کو مختلف واقعات کے سن اور تاریخیں اور مختلف معاہدوں اور سمجھوتوں کی شرائط یاد رکھنی پڑتی ہیں۔ ریاضی کے طالب علموں کو فارمولے، سائنس کے طلباء کو مختلف قسم کی اشکال اور زبان کے طالب علم کو گرائمر کے اصول وغیرہ یاد رکھنے ہوتے ہیں۔ کوئی بھی مضمون ایسا نہیں جس میں ایسے خشک قسم کے حقائق موجود نہ ہوں جنہیں یاد رکھنا ضروری ہو۔ یہ کام بہتر اور صحیح طریقوں سے یادداشت کو تربیت دے کر آسان بنایا جا سکتا ہے۔ جب آپ کو کوئی نظم، فہرست یا اسی قسم کی کوئی دوسری چیز یاد کرنی ہو تو پتہ چلے گا کہ شروع کا حصہ آسانی سے یاد ہو جاتا ہے اور آخری حصہ قدرے مشکل سے یاد ہوتا ہے، لیکن

درمیان والے حصے کو یاد کرنا سب سے مشکل ہوتا ہے۔

پڑھائی کا آغاز مشکل کام سے کریں

اس سلسلے میں ایک عام اصول یہ ہے کہ پڑھائی کا آغاز مشکل معاملے سے کریں۔ بہت سے لوگ اس کے برعکس کرتے ہیں۔ وہ پڑھائی کا آغاز سب سے آسان اور سیدھی سی چیز سے کرتے ہیں۔



اگر آپ لکھنے کا کام کر رہے ہوں تو آپ اس کام کا آغاز سب سے آسان چیز سے کر سکتے ہیں۔ لیکن جب کوئی چیز یاد کرنی ہو تو ضروری ہے کہ شروع میں سب سے مشکل چیز یاد کی جائے۔

حقائق پر عبور حاصل کرنے کے لئے انہیں منظّم طریقے سے یاد کریں۔ روزانہ ایک معاملے پر توجہ دیں اور اسے یاد کر لیں۔ اس طرح آپ آسانی سے تھوڑے ہی عرصے میں بہت کچھ یاد کر سکتے ہیں۔ مثال

کے طور پر آپ کو الفاظ کے معنی یاد کرنے ہیں تو روزانہ دس الفاظ اور اُن کے معنی یاد کریں۔ آپ دیکھیں گے کہ چند مہینے میں آپ کا ذخیرۂ الفاظ بہت بڑھ جائے گا اور آپ کو یاد کرنے میں کوئی خاص دِقت بھی نہیں ہو گی۔ لیکن اگر آپ یہ سارے الفاظ اور معنی ایک، یا دو دن میں یاد کرنے کی کوشش کریں گے تو آپ کو یہ کام مشکل محسوس ہو گا۔ جو چیزیں آپ نے یاد کر لی ہوں انہیں وقتاً فوقتاً زبانی دہرائیں اور اس طرح اپنی یادداشت کی آزمائش کرتے رہیں۔

حقائق کو یاد رکھنے کے بعض طریقے

بعض قسم کے حقائق کوئی لفظ، مصرع، شعر یا جملہ ترتیب دے کر آسانی سے یاد کئے جا سکتے ہیں۔ آپ اپنے طور پر بھی مختلف حقائق کو اچھی طرح یاد رکھ سکتے ہیں۔ مثال کے طور پر شمالی امریکہ میں پانچ بڑی جھیلیں ہیں جن کے نام مندرجہ ذیل ہیں۔

1. HURON
2. ONTARIO
3. MICHIGAN
4. EIRE
5. SUPERIOR

اگر آپ اُن جھیلوں کے ناموں کا پہلا حرف لیں تو جو لفظ بنے گا وہ ہے:

HOMES

اب HOMES ایک ایسا لفظ ہے جسے آپ بآسانی یاد رکھ سکتے ہیں۔ چنانچہ اس لفظ کی مدد سے آپ فوراً ان پانچ جھیلوں کے نام بتا سکتے ہیں۔

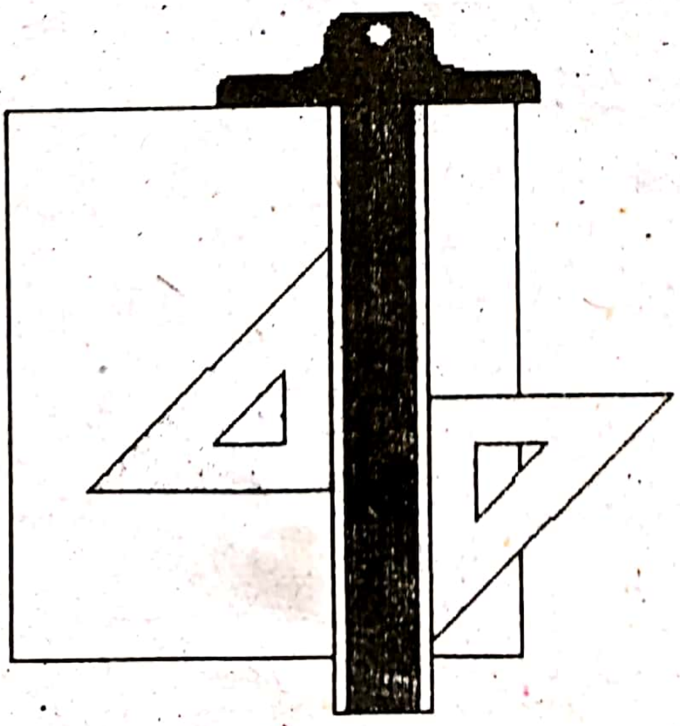
اسی طرح مشرق میں سورج پہلے طلوع ہوتا ہے اور وہاں دن کا آغاز جلدی ہوتا ہے۔ آپ جتنا مشرق کی طرف جائیں گے سورج پہلے طلوع ہوگا۔ اس طرح مشرق بین الاقوامی وقت کے معاملے میں مغرب سے آگے ہوگا۔ اس حقیقت کو یاد رکھنے کے لئے آپ ایک جملہ بنا سکتے ہیں اور وہ جملہ ہوگا ''مشرق تیز ہے''۔ ظاہر ہے کہ یہ آسان سا جملہ آپ کو بھول نہیں سکتا۔ اور اس جملے کی وجہ سے آپ حقائق کو یاد رکھنے میں بڑی آسانی محسوس کریں گے۔

ایسی باتوں کو یاد رکھنے کے لئے جو ٹھوس حقائق کی بجائے نظریات پر مشتمل ہوں، منسلک کرنے کا طریقہ سب سے بہتر رہتا ہے۔ اس کے لئے ضروری ہے کہ آپ پہلے معاملے کا دوسرے معاملے سے تعلق پیدا کریں۔ اگر ایسا ممکن نہ ہو تو دور کا تعلق ہی تلاش کریں۔ اگر آپ مختلف باتوں کا

ایک دوسرے سے تعلق جوڑ لیں گے تو یاد رکھنا آسان ہو جائے گا کیونکہ جب آپ کو پہلی بات یاد آئے گی تو اس سے منسلک (پیوستہ یا جڑی ہوئی) دوسری بات خود بخود یاد آ جائے گی اور جب دوسری بات ذہن میں آئے گی تو تیسری بات بھی یاد آ جائے گی۔ اور اس طرح آپ کو باتیں یاد آتی چلی جائیں گی۔

ڈرائنگ اور مشاہدہ

اس سے پہلے بھی ہم آپ کو بتا چکے ہیں کہ ڈرائنگ کا طریقہ توجہ مرکوز رکھنے کے لئے بہت مفید ہے اور اس سے یاد رکھنے میں مدد ملتی ہے۔



اگر آپ کسی مشین وغیرہ کی شکل بنا سکتے ہوں تو اس کی ساخت کو یاد رکھنا مشکل نہیں رہتا۔ ڈرائنگ کے لئے ضروری ہے کہ آپ کی قوتِ مشاہدہ بہت تیز

ہو۔ اپنے ارد گرد کی چیزوں کو روزانہ غور سے دیکھنے کی عادت ڈالیں۔ ماحول کا جائزہ لینے سے آدمی کو مشاہدہ کرنے کی عادت پڑ جاتی ہے اور ظاہر ہے کہ مشاہدے کی عادت پڑھائی کے لئے بہت مفید ہے۔

جو چیزیں آپ یاد رکھنا چاہتے ہیں ان کا اچھی طرح مشاہدہ کریں اوران کے بارے میں مناسب موقع پر اپنے خیالات کااظہار کرتے رہا کریں۔ اس طرح آپ کا دماغ مستعدی سے ان چیزوں کو یاد رکھے گا۔

نوٹس لینے کا طریقہ اور فائدہ

اگر آپ امتحان کے لئے تیاری کر رہے ہیں تو یاد رکھیں کہ جو نوٹس آپ تیار کریں وہ اس طرح ہوں کہ آپ انہیں یاد رکھ سکیں۔ تفصیلی نوٹس تیار کرنے کا کوئی فائدہ نہیں ہوتا۔ کوشش کریں کہ نوٹس میں صرف اہم اور خاص خاص باتیں مختصر طور پر درج ہوں جو آسانی سے یاد ہو سکیں اور آپ امتحان میں انہیں تفصیل سے لکھ سکیں۔ صرف اہم نقاط (Points) کو یاد رکھیں۔ ان نقاط کی مدد سے تفصیل آسانی کے ساتھ تیار کی جا سکتی ہے۔

چھٹا باب

امتحان میں سوالات کا جواب لکھنا

بالآخر وہ دن آئے گا جب پڑھائی کے لئے کی ہوئی آپ کی کوششوں کی آزمائش ہو گی۔



آپ نے کئی مہینے جو کام کیا ہے ممتحن اس کا جائزہ لے گا۔ یہ بات بہت ضروری ہے کہ آپ اپنی پڑھائی کو اس طرح یک جا کریں کہ

آپ کے پرچے اچھے ہوں اور آپ کی کامیابی کا امکان زیادہ سے زیادہ ہو۔ امتحانات میں عام طور پر سوالوں کے تحریری جوابات دینے کو کہا جاتا ہے۔ چنانچہ آپ پڑھائی کے دوران جواب تحریر کرنے کی مشق کریں اور جو بھی تحریری کام کریں وہ اس طرح ہو گویا کہ آپ امتحان میں سوالوں کے جوابات لکھ رہے ہیں۔ تیز لکھنے' اپنے خیالات کو جلد سے جلد یک جا کرنے اور سوالوں کا جواب چند منٹ میں لکھنے کی عادت ڈالیں۔

اگر پڑھائی کے دوران آپ کی یہ عادت ہوگئی ہے کہ اساتذہ آپ کو جو سوالات دیتے ہیں آپ اُن کے جوابات پر سوچ و بچار کرنے میں ایک یا دو دن لگا دیتے ہیں تو آپ کے لئے فوری طور پر سوالوں کے جواب لکھنا ناممکن ہو جائے گا۔ اس لئے کام کرتے وقت ہمیشہ یہ محسوس کریں کہ آپ کمرہ امتحان میں بیٹھے ہوئے ہیں۔

ناکامی کا امکان نہیں

امتحان کا معیار عام طور پر اس طرح مقرر کیا جاتا ہے کہ اوسط اور درمیانے درجے کے طالب علم کامیاب ہوسکیں۔ بشرطیکہ انہوں نے اچھی

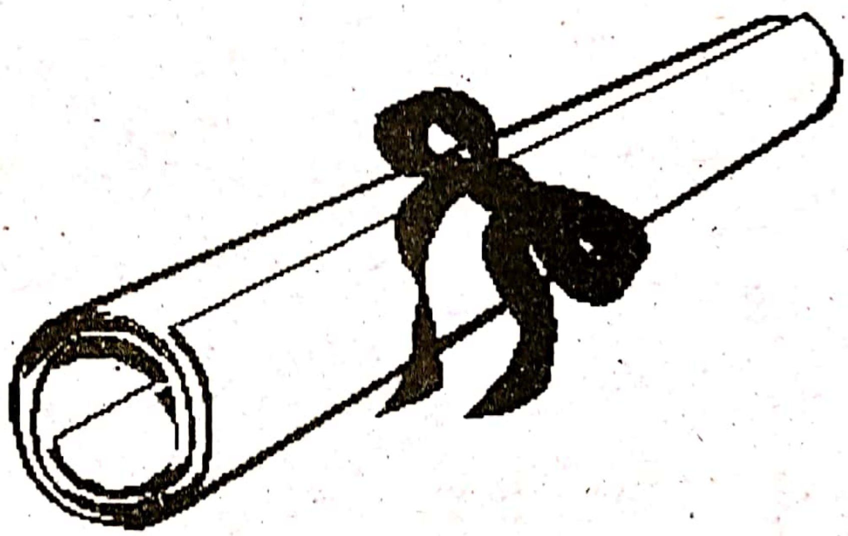
طرح تیاری کی ہو۔ زیادہ قابلیت رکھنے والے طالب علم دوسروں کے مقابلے میں یقیناً بہتر رہتے ہیں۔ آپ امتحان کے لئے تیاری اور پڑھائی اس اعتماد اور یقین کے ساتھ کریں کہ اگر آپ نے مناسب طور پر اپنا کام کیا ہے اور پڑھائی سوچ سمجھ کر بہترین طریقوں کے مطابق کی ہے تو آپ کے ناکام ہونے کا کوئی امکان نہیں۔

امتحان میں بہترین کارکردگی کا مظاہرہ کرنے کے لئے آپ کو چاہئے کہ آپ پاس یا فیل ہونے کے امکانات پر سوچنا بند کر دیں۔ اس کی بجائے آپ اس بات کا پکا ارادہ کریں کہ آپ اپنی صلاحیت اور مہارت سے پورا پورا کام لیں گے۔ آپ اپنی کامیابی کے بارے میں سوچتے وقت کتنی ہی انکساری سے کام لیں لیکن امتحانی پرچے حل کرتے وقت اس عزم کو سامنے رکھیں کہ آپ نے صرف پاس ہی نہیں ہونا بلکہ کوئی اعلیٰ پوزیشن حاصل کرنی ہے۔

اپنی کامیابی کا تصور کریں

امتحان کے کمرے اور پرچے حل کرنے کے بارے میں ایک خیالی تصویر بنائیں۔ امتحان سے چند ہفتے پہلے کچھ دیر کے لئے تصورات میں کھو

جائیں۔ یہ محسوس کریں کہ آپ امتحان کے کمرے میں بڑے اعتماد سے داخل ہو رہے ہیں۔ پھر یہ تصور کریں کہ آپ میز پر جھکے ہوئے امتحانی پرچہ پڑھ رہے ہیں۔ اب آپ یہ محسوس کریں کہ ایسے سوالات آئے ہیں جو متوقع تھے اور آپ نے انہیں اچھی طرح تیار کیا تھا اور اس بات پر آپ کو بڑی خوشی محسوس ہوئی ہے۔



تصور میں امتحان کی تیاری کے اس عمل کو مسلسل دہرائیں ۔ اس طرح آپ امتحان کے دن اسی اعتماد کا مظاہرہ کرسکیں گے جس کا آپ نے تصور کیا تھا۔

امتحان سے قبل اعادہ

امتحان سے تھوڑا عرصہ قبل آپ کو اعادے یعنی پڑھی ہوئی چیزوں کو دہرانے کی ضرورت پیش آئے گی۔ جو طالب علم اعادے کے لئے غلط طریقہ استعمال کرتے ہیں وہ دراصل اپنا انتہائی قیمتی وقت ضائع کر دیتے ہیں۔ نوٹس اور درسی کتابیں دوبارہ پڑھنے اور معلومات کو ایک مرتبہ پھر ذہن نشین کرنے کی کوشش سے کوئی فائدہ نہیں ہوتا۔

اعادے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ آپ ہر موضوع کے بارے میں جو کچھ جانتے ہیں اسے کاغذ پر لکھنے کی کوشش کریں۔ پھر اپنے نوٹس اور کتابوں کی مدد سے جائزہ لیں کہ آپ نے کون سی باتیں صحیح لکھی ہیں اور کون سی غلط اور وہ کون سی باتیں ہیں جو آپ بھول گئے ہیں۔ بظاہر ایسا معلوم ہوتا ہے کہ اگر امتحان سے تھوڑا عرصہ پہلے کتابوں اور نوٹس کو مکمل طور پر پڑھنے کی بجائے اپنی معلومات کو کاغذ پر لکھنے کا طریقہ اختیار کیا جائے تو اس میں زیادہ وقت لگے گا لیکن اصل میں ایسا نہیں ہوتا۔ اپنی معلومات کو کاغذ پر لکھتے ہوئے یعنی امتحان کے لئے تحریری اعادہ کرتے وقت آپ جو

کچھ لکھیں وہ مختصر ہونا چاہئے اور اس میں صرف نظریات اور حقائق ہونے چاہئیں۔ اس طرح آپ کو فوری طور پر معلوم ہو جائے گا کہ آپ کو کیا کچھ یاد ہے اور کیا کچھ یاد نہیں۔ اعادے کے اس طریقے سے آپ کو امتحان کی تیاری میں کافی مدد ملے گی۔

کمرہ امتحان میں داخل ہونے سے پہلے

امتحانی مرکز جانے سے پہلے آپ ہلکا ناشتہ کریں اور کمرہ امتحان میں داخل ہوتے وقت چست لیکن پرسکون رہیں۔ بعض امیدوار کمرہ امتحان کے باہر جمع ہو جاتے ہیں اور ایک دوسرے سے باتیں اور مذاق کرتے ہیں۔ یہاں تک کہ امتحان شروع ہونے کی گھنٹی بج جاتی ہے۔ یہ طریقہ صحیح نہیں۔ بہتر یہ ہے کہ آپ امتحان شروع ہونے سے پندرہ منٹ پہلے بالکل تنہا رہیں اور اس موضوع کے بارے میں سوچتے رہیں جس کا آپ کو امتحان دینا ہے۔

مختصر سی چہل قدمی کریں اور ذہن کو ایک بار پھر اس بات پر آمادہ کریں کہ آپ نے پرچہ بہت اچھی طرح حل کرنا ہے۔ ذہن میں یہ تصور

لائیں کہ آپ بڑی دلچسپی سے پرچہ حل کر رہے ہیں۔ امتحان کے مقصد کو بھی سامنے رکھیں۔ اس طرح جب آپ کمرہ امتحان میں داخل ہوں گے تو آپ کا ذہن چست اور تروتازہ ہو گا اور آپ پرچہ اچھی طرح حل کر سکیں گے۔

امتحانی پرچہ کیسے حل کیا جائے

امتحانی پرچہ اچھی طرح پڑھیں اور اگر زیادہ سوالوں میں سے کم سوال حل کرنے کا اختیار یعنی چوائس (CHOICE) دی گئی ہو تو ان سوالوں پر نشان لگائیں جن کا جواب آپ لکھنا چاہتے ہیں۔ پہلے اس سوال کا جواب لکھنا شروع کریں جس کے بارے میں آپ کو یقین ہو کہ آپ اسے دوسرے سوالوں کے مقابلے میں زیادہ بہتر کر سکتے ہیں۔ سوالوں کے جواب لکھنے کے لئے جتنا وقت دیا گیا ہو اسے سوالوں کی تعداد کے حساب سے تقسیم کر لیں اور یہ دیکھ لیں کہ ایک سوال کا جواب لکھنے پر آپ کتنا وقت صرف کر سکتے ہیں۔ جب آپ پہلے سوال کا جواب اچھی طرح لکھ لیں گے تو آپ میں کافی اعتماد پیدا ہو جائے گا اور یہ اعتماد دوسرے سوالوں کے

جواب لکھنے میں کافی مددگار ثابت ہوگا۔

سوالوں کے جواب لکھتے وقت اس بات کا خیال رکھیں کہ جو باتیں پوچھی گئی ہیں صرف وہی لکھیں اور غیر ضروری باتیں نہ لکھیں۔ مثال کے طور پر اگر آپ سے جنگلات کے فائدے لکھنے کو کہا گیا ہے تو صرف جنگلات کے فائدے ہی لکھیں۔ یہ نہ لکھیں کہ ملک میں کہاں کہاں جنگلات پائے جاتے ہیں۔ اسی طرح اگر آپ سے کہا جائے کہ صدارتی طرزِ حکومت کے حق میں دلائل دیں تو صرف حق میں ہی لکھیں مخالفت میں دلائل نہ دیں۔ تاہم اگر آپ چاہیں تو آخر میں مختصراً لکھ سکتے ہیں کہ اس طرزِ حکومت کی مخالفت میں بھی کئی دلائل ہیں۔

اپنی رائے کا اظہار کیا جائے یا نہیں

اکثر امیدوار اس وقت بڑے پریشان ہوتے ہیں جب امتحانی پرچے میں ان سے کہا جاتا ہے کہ وہ کسی خاص معاملے کے بارے میں اپنی رائے کا اظہار کریں۔ مثلاً یہ پوچھا جا سکتا ہے کہ صدارتی طرزِ حکومت کے بارے میں اپنی رائے کا اظہار کریں یا یہ کہ ”کیا 1958ء کے مارشل لاء کا

کوئی جواز تھا؟ اپنی رائے دیں''۔ بعض اوقات طالب علم ایسے سوالوں پر پریشان ہو جاتے ہیں کہ کیا کیا جائے۔

آپ یہ بات ذہن میں رکھیں کہ جب آپ سے آپ کی رائے دریافت کرنے کے لئے کوئی سوال پوچھا جاتا ہے تو ممتحن اس کا بالکل خیال نہیں کرتا کہ آپ کی رائے کیا ہے۔ وہ صرف یہ دیکھتا ہے کہ آپ دلائل دے کر دوسروں کو اپنے نقطہ نظر کے بارے میں قائل کر سکتے ہیں یا نہیں۔ اس کے علاوہ ممتحن یہ دیکھتا ہے کہ آپ میں کسی بات کے حق یا اس کی مخالفت میں دلائل پیش کرنے کی کتنی صلاحیت ہے۔

ممتحن کو دھوکہ دینے کی کوشش نہ کریں

ممتحن کو دھوکہ دینے کی کوشش نہ کریں۔ ممتحن اپنے طویل تجربے کی بناء پر طلباء کی ان حرکتوں سے واقف ہوتے ہیں' جو اکثر طالب علم اپنی کم علمی کو چھپانے کے لئے ہیر پھیر کے طور پر کرتے ہیں۔ ان میں سے ایک حرکت یہ ہے کہ جب امیدوار کو کچھ حقائق لکھنے کو کہا جاتا ہے تو وہ دو یا تین باتیں لکھ کر آگے لکھ دیتا ہے ''وغیرہ وغیرہ''۔ اس کا مقصد ممتحن کو یہ تاثر دینا

ہوتا ہے کہ میں باقی باتیں بھی جانتا ہوں لیکن وقت کی کمی کی وجہ سے لکھ نہیں سکتا۔

بعض اوقات امیدوار ممتحن کو یہ تاثر دینے کی کوشش کرتا ہے کہ یہ باتیں اتنی واضح ہیں کہ ان کو لکھنے کی ضرورت نہیں۔ ممتحن پر اس قسم کی ہیر پھیر کا کوئی اثر نہیں ہوتا اور وہ سمجھ جاتا ہے کہ امیدوار کو باقی باتوں کے بارے میں کوئی علم نہیں اور وہ ممتحن کو دھوکہ دینا چاہتا ہے۔

یاد رکھیں کہ آپ چالاکی سے اپنی کم علمی کو نہیں چھپا سکتے۔ تاہم بعض موقعوں پر آپ اپنے علم اور معلومات کا اظہار ضرور کر سکتے ہیں۔ مطلب یہ ہے کہ اگر آپ کے پاس وقت ہو تو آپ سوال کا جواب لکھنے کے علاوہ بعض ایسی باتیں بھی لکھ سکتے ہیں جن سے ممتحن متاثر ہو اور اسے پتہ چلے کہ آپ اس موضوع کے بارے میں کافی معلومات رکھتے ہیں۔ آپ سوال کا جواب تحریر کرتے ہوئے جو بھی حوالہ دیں یا معلومات درج کریں وہ موضوع سے متعلق ہونی چاہئیں۔ اس کے ساتھ ساتھ ممتحن کو اپنے علم اور معلومات سے آگاہ کرنے کا کوئی موقع ہاتھ سے نہ جانے دیں اور الفاظ کا استعمال اس طرح کریں کہ ممتحن قائل ہو جائے کہ آپ کو زبان پر مکمل عبور حاصل ہے۔

امتحان میں ناکامی کی وجوہات

ان وجوہات پر غور کرنا ضروری ہے جن کے باعث طالب علم امتحان میں ناکام ہو جاتے ہیں۔ امیدوار ناکامی کی ذمہ داری عام طور پر تین باتوں پر عائد کرتے ہیں۔ وہ کہتے ہیں کہ انہیں اچھی طرح پڑھایا نہیں گیا یا یہ کہ امتحان کا پرچہ بہت مشکل تھا یا یہ کہ وہ گھبرا گئے تھے۔ یہ ایسی باتیں ہیں جن کی بنیاد پر طالب علم محسوس کرتا ہے کہ ناکامی کی ذمہ داری مجھ پر عائد نہیں ہوتی اور اس معاملے میں میرا کوئی قصور نہیں۔ تاہم اساتذہ اور ممتحن صاحبان امتحان میں طلباء کی ناکامی کی وجہ بالکل مختلف بتاتے ہیں۔ ان کے نزدیک طالب علم کی ناکامی کی چار وجوہات ہوتی ہیں۔

1- ناکافی تیاری۔
2- امتحان کے پرچوں کو مناسب طور پر نہ پڑھنا۔
3- اظہار یا وضاحت کا ناقص انداز۔ اور
4- ہدایات کی پابندی نہ کرنا۔

ناکامی کے بارے میں طلباء کا نقطۂ نظر

طالب علم اپنی ناکامی کی جو وجوہات بتاتا ہے اور اساتذہ اور ممتحن ناکامی کی جو وجوہات بیان کرتے ہیں ان دونوں قسم کی وجوہات کا احتیاط سے جائزہ لینے کی ضرورت ہے۔ پہلے ہم ان وجوہات کا جائزہ لیں گے جو طلباء پیش کرتے ہیں۔ یہ درست ہے کہ بعض طلباء کو اچھی طرح پڑھایا نہیں جاتا کیونکہ تمام اساتذہ پڑھانے کے کام میں اتنے ماہر نہیں ہوتے جتنی کہ ان سے توقع کی جاتی ہے۔ تاہم اس معاملے کی نشاندہی تعلیم کے دوران میں ہی کرنی چاہیے تاکہ اس مسئلے کو حل کرنے کے لئے کوئی اقدام کیا جا سکے۔ امتحان کے نتائج کے اعلان کے بعد یہ کہنا بے کار ہے کہ ہمیں اچھی طرح پڑھایا نہیں گیا۔ اس کے ساتھ ہی ایسے طلباء کی تعداد بہت کم ہوتی ہے جنہیں اچھی طرح پڑھایا نہ گیا ہو کیونکہ آج کل اساتذہ اعلیٰ تربیت یافتہ ہوتے ہیں اور وہ طلباء کی تعلیمی ضروریات سے اچھی طرح آگاہ ہوتے ہیں۔

اسی طرح بعض اوقات یہ ہوتا ہے کہ امتحانی پرچے مناسب طور پر مرتب نہیں کئے جاتے کیونکہ ممتحن بھی انسان ہوتے ہیں اور ان سے بھی

غلطی ہو سکتی ہے۔ تاہم ممتحن پر امتحانی پرچہ صحیح طور پر مرتب نہ کرنے کا الزام اس وقت عائد کیا جا سکتا ہے جب تمام طلباء کے جوابات مطلوبہ معیار کے مطابق نہ ہوں۔ یہ نہیں ہو سکتا کہ اکثر طلباء تو سوالوں کے جواب اچھی طرح دیں لیکن چند طلباء یہ الزام لگا دیں کہ امتحانی پرچہ صحیح طریقے سے مرتب نہیں کیا گیا تھا۔ اس لئے ہم فیل ہو گئے ہیں۔ اگر امتحانی پرچہ صحیح طور پر مرتب نہ کیا گیا ہو تو اس کا اثر تمام طلباء پر ہونا چاہئے نہ کہ صرف چند طلباء پر۔

جہاں تک طلباء پر گھبراہٹ طاری ہونے کا تعلق ہے اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ طلباء نے اچھی طرح تیاری نہیں کی ہوتی۔ جن امیدواروں نے صحیح طریقے سے اچھی طرح پڑھا ہو' درسی کتابوں کا تفصیل سے مطالعہ کیا ہو' تحریری کام کو سوچ سمجھ کر کیا ہو اور پڑھنے اور یاد کرنے کے مختلف طریقے مناسب طور پر استعمال کئے ہوں وہ پوری تیاری اور اعتماد سے کمرہ امتحان میں داخل ہوتے ہیں اور ان پر گھبراہٹ طاری نہیں ہوتی۔

طلباء کی ناکامی کے بارے میں ممتحن کا نقطۂ نظر

طالب علم جسے گھبراہٹ کہتے ہیں ممتحن کے نزدیک اس کی وجہ یہ ہے کہ طلباء نے کافی تیاری نہیں کی ہوتی۔ اس کتاب کے مطالعے کے بعد اب آپ پڑھائی کے طریقوں سے اچھی طرح واقف ہو گئے ہیں۔ اب یہ آپ پر منحصر ہے کہ ان طریقوں پر پوری طرح عمل کریں تا کہ امتحان کے لئے مکمل تیاری ہو سکے۔

امتحانی پرچے کو اچھی طرح پڑھنا اور پرچے میں درج ہدایات پر عمل کرنا ایسے معاملے ہیں جن کا طلباء کو علم ہونا چاہئے۔ آپ کو ممتحن پر پورا اعتماد ہونا چاہئے کہ اس نے صحیح پرچہ مرتب کیا ہے اور آپ کو اتنے ہی سوالوں کا جواب دینا چاہئے جتنے سوالوں کا جواب پوچھا گیا ہے۔

بہت سے طلباء کو یہ دشواری پیش آتی ہے کہ انہیں ذریعۂ اظہار یعنی زبان پر عبور حاصل نہیں ہوتا۔ ایسے طلباء کو چاہئے کہ وہ امتحان کے لئے

تیاری کے دوران زبان پر عبور حاصل کریں۔ آپ جو بھی تحریری کام کرتے ہیں اس سے زبان کے بارے میں آپ کے علم کی آزمائش ہو جاتی ہے۔ اس بات کا خیال رکھیں کہ آپ کو نہ صرف اپنے مضمون پر پورا عبور حاصل ہونا چاہئے بلکہ اپنے علم اور معلومات کا تحریری طور پر اظہار کرنے کے لئے زبان سے بھی اچھی طرح واقفیت ہونی چاہئے۔

پڑھائی میں مستعدی اور سرگرمی

اس کتاب میں اس بات پر خاص طور سے زور دیا گیا ہے کہ پڑھائی اسی صورت میں موثر ہوسکتی ہے جب اس مقصد کے لئے مستعدی اور سرگرمی سے کام لیا جائے۔ اکثر طلباء معلومات حاصل کرنے اور انہیں ذہن نشین کرنے کی صرف سطحی کوشش کرتے ہیں جس سے مطلوبہ نتائج حاصل نہیں ہوتے۔

کامیاب پڑھائی کا راز یہ ہے کہ آپ کوئی کتاب پڑھتے وقت پنسل ہاتھ میں رکھیں۔ اہم حصوں پر نشان لگاتے جائیں اور نوٹس لیتے رہیں۔ پھر جو کچھ پڑھا ہے اسے زبانی لکھنے کی کوشش کریں اور جب تک کوئی چیز

اچھی طرح یاد نہ ہو جائے اسے زبانی لکھنے کے عمل کو وقتاً فوقتاً دہراتے رہیں۔ اس کے بعد جب کبھی آپ کو موقع ملے زبانی لکھنے کے عمل کو ایک بار پھر دہرائیں۔ اس طرح آپ کا دماغ اور یادداشت مسلسل کام میں لگے رہیں گے۔

اس اصول کے مطابق پڑھائی کے لئے ضروری ہے کہ آپ اپنے موضوع میں دلچسپی لیں۔ جب آپ کوئی چیز اپنی خوشی اور مرضی سے پڑھتے ہیں تو دلچسپی خود بخود پیدا ہو جاتی ہے۔ لیکن جب آپ صرف امتحان دینے کے لئے پڑھ رہے ہوں تو آپ کو چاہئے کہ امتحان پاس کرنے کے بعد حاصل ہونے والے فائدوں کو سامنے رکھیں۔ اس طرح آپ کو پڑھائی میں دلچسپی محسوس ہو گی۔

امتحان کے بعد

امتحان پاس کرنے کے لئے آپ نے مطالعہ کرنے اور امتحان دینے کا جو طریقہ سیکھا ہے وہ عملی زندگی میں بھی آپ کے کام آئے گا۔ یادداشت بہتر بنانے، توجہ مرکوز کرنے اور مطالعہ کرنے کے طریقوں کا

باقاعدہ استعمال آپ کے لئے بہت مفید رہے گا۔

صحیح طریقے سے اور موثر طور پر پڑھنا زندگی میں کامیابی اور ترقی کے لئے بہت ضروری ہے کیونکہ ہر قسم کی جدوجہد میں سیکھنے اور مشق کرنے سے ہی واسطہ رہتا ہے۔ صحیح طریقوں کے مطابق مطالعہ کرنے سے آپ امتحان پاس کرنے کے علاوہ اپنی آئندہ عملی اور پیشہ وارانہ زندگی کو کامیاب بنانے میں بھی مدد لے سکتے ہیں۔ سب سے اہم بات شخصیت اور کردار کی تعمیر ہے جو اسی صورت میں ممکن ہے جب آپ اپنی دماغی صلاحیتوں سے پورا پورا کام لیں۔ پڑھنے کا صحیح طریقہ سیکھنے سے ہی آپ کامیاب زندگی گزارنے کا طریقہ سیکھ سکتے ہیں۔

اب آپ کتاب کے آخر تک پہنچ گئے ہیں لیکن یہ آپ کا آغاز ہونا چاہئے۔ آج ہی سے اپنی آئندہ پڑھائی اور دوسری سرگرمیوں کا پروگرام طے کرلیں۔ جب آپ امتحان پاس کرلیں گے یا اپنا فوری مقصد حاصل کر لیں گے تو آپ دیکھیں گے کہ اس کام کے ساتھ ساتھ آپ نے زندگی گزارنے کا نیا انداز بھی سیکھ لیا ہے۔ یہ انداز آپ کے لئے مسرتوں اور خوشیوں کا پیغام لائے گا۔

☆☆☆☆☆☆